

De balans vinden

Net als ik de drukte van het ochtendspreekuur te boven ben, lees ik met welke patiënt ik mijn middag begin: 'Heeft weer klachten van draaierigheid'. Een zucht ontsnapt me. Geen gemakkelijke klacht. Ik zie dat ze afgelopen jaren een aantal keren bij de kno-arts is geweest. Conclusie: 'Vestibulaire oorzaak. Ménière niet uitgesloten. Retour huisarts'. Als ze mij uiteindelijk met tranen in haar ogen vertelt dat ze niet meer auto durft te rijden of op pad durft te gaan, heb ik met haar te doen en ga ik er eens goed voor zitten. Mijn uitleg dat deze klachten waarschijnlijk nog regelmatig gaan terugkomen brengt haar verder uit balans. 'Is daar dan niets aan te doen?'

Draaiduizeligheid is een lastig probleem waarmee veel, vooral oudere, mensen regelmatig te maken krijgen. De klachten zijn invaliderend. Patiënten gaan bepaalde zaken vermijden, worden onzeker, komen geregeld terug op het spreekuur en hopen dat er een oplossing voorhanden is.

Huisartsen, en naar ik meen ook vaak kno-artsen, schrijven nog frequent beta-histine voor. Bij gebrek aan beter? In dit nummer beschrijven Ngo et al. dat in 2021 meer dan 60.000 Nederlanders betahistine slikten, hoewel er geen bewijs is voor het effect. Maar wat dan? Een epleymanoeuvre proberen en als dat geen zin heeft: jammer maar helaas?

Vestibulaire revalidatie is blijkbaar het codewoord, schrijven de onderzoekers. Zelfs maanden na de behandeling hebben patiënten met chronische duizeligheid minder last van draaiduizeligheid. De NHG-werkgroep Duizeligheid sluit zich hierbij aan en adviseert patiënten met langdurige draaiduizeligheidsklachten te verwijzen voor vestibulaire revalidatie. Maar wat te doen als mensen hiervoor geen aanvullende verzekering hebben of als er in de buurt geen fysio met dit aandachtsgebied is? Hebben de fysiotherapeuten hier wel capaciteit voor?

Ngo et al. bieden een op fysiotherapie gebaseerd alternatief: Vertigo Training. Dit betreft een online zelfhulpmethode, waarbij de patiënt 2 keer per dag gedurende 10 minuten, gewoon thuis, oefeningen kan doen. Ngo et al. willen deze methode landelijk uitrollen met een implementatieonderzoek en een mediacampagne. Hopelijk brengt dat mijn patiënt en mij een minder tollend hoofd. En wat meer balans in het spreekuur. ■

Annemarije Kruijs, redactielid

