

PATIËNTEN INFORMATIE

Vestibulaire migraine, evenwichtsmigraine

**MAASSTAD
ZIEKENHUIS**

een santeon ziekenhuis



Met deze folder willen wij u informeren over vestibulaire migraine. Wij adviseren u om deze informatie goed te lezen.

Migraine is een ziektebeeld dat veel mensen kennen. Vestibulaire migraine is migraine met bijkomende aanvalsgewijze duizeligheid, wat veel minder bekend is.

Klachten bij migraine

Bij migraine kunt u last hebben van:

- aanvallen van hevige hoofdpijn;
- met daarnaast klachten van misselijkheid, overgevoeligheid voor licht, geluid en/of hoofdbewegingen.

Klachten bij vestibulaire migraine

Bij vestibulaire migraine kunt u last hebben van:

- Plotselinge aanvallen van flinke draaiduizeligheid, vaak aangegeven als:
 - een draaigevoel: “het draait in mijn hoofd”, “het draait om me heen” die minuten tot uren kan duren en soms zelfs enkele dagen;
 - een wankel gevoel, duizeligheid door het zien van drukke (bewegende) beelden en een licht gevoel in het hoofd. Deze klachten kunnen toenemen door verandering van houding of hoofdbewegingen en kan een dag of zelfs een aantal dagen aanhouden;
- Daarnaast kunnen de duizelingen gepaard gaan met:
 - hoofdpijn;
 - misselijkheid en braken komen vaak voor;
 - oorsuizen (aan één of beide oren), vol gevoel in het oor en (gevoel van) verminderd gehoor komen ook vrij vaak voor;
 - overgevoeligheid voor licht en geluid;
 - vlekken of flikkeringen voor de ogen.

Onderstaande klachten komen minder vaak voor.

- Soms kunt u last hebben van:
 - de oren of bijholten: bijvoorbeeld een scherpe oorpijn, die wisselend en spontaan aanwezig kan zijn tussen de migraineaanvallen in;
 - oren die gevoelig zijn voor aanraking, wind en kou;
 - klachten die lijken op bijholteontsteking zoals lopende of verstopte neus en druk en pijn rondom de ogen. Deze pijn kan de enige 'hoofdpijn' zijn die optreedt bij een aanval van migraine;
 - het zien van sterretjes of zigzaglijnen (een aura);
 - overgevoeligheid voor prikkels zoals licht en geluid.
- De reisziekte: ook wel bewegingsziekte genoemd. Hierbij krijgt u klachten bij bewegingen of het zien van bewegingen. De meest bekende vormen van bewegingsziekte zijn: wagenziekte, zeeziekte en luchtziekte.
- Tijdens (en tussen) aanvallen van vestibulaire migraine kunnen bijzondere oogbewegingen voorkomen. Deze kunnen soms gezien worden omdat de ogen een 'tikkende' beweging maken.
- Angst en depressie komen vaak voor bij vestibulaire migraine. Het evenwichtssysteem is in de hersenen sterk verbonden met het gevoelsysteem. Het is dus logisch dat er bij evenwichtsklachten ook psychische problemen mee kunnen (gaan) spelen. Als u merkt dat dit het geval is of uw behandelend arts kaart dit aan, laat daar dan goed naar kijken en de klachten zo nodig behandelen. Dit kan door een (medisch) psycholoog of psychiater, afhankelijk van de ernst van uw klachten.

Belangrijk: niet al deze klachten hoeven altijd aanwezig te zijn. Er hoeft daarom niet per se hoofdpijn op te treden en er kunnen dus ook alléén duizeligheidsklachten zijn.

Oorzaak

Het is nog niet helemaal bekend hoe een (vestibulaire) migraineaanval in de hersenen ontstaat. Wat we wel weten is dat de hersenen tijdens een migraineaanval tijdelijk anders werken.

Migrainepatiënten zijn overgevoelig voor bepaalde prikkels. Deze prikkels kunnen de hersenen net het zetje geven tot een aanval. De overgevoeligheid is waarschijnlijk voor een groot deel erfelijk bepaald. Voorbeelden van prikkels zijn: (hard) geluid, fel licht, geuren, pijn, andere sterke prikkels en mogelijk ook duizeligheid. De gevoeligheid voor prikkels kan soms tijdelijk toenemen door bijvoorbeeld:

- (extreme) vermoeidheid;
- Onregelmatige of slechte nachtrust;
- te weinig eten;
- plotse weersveranderingen;
- lichamelijke inspanning/sporten;
- stress en mogelijk ook ontspanning na stress;
- bij vrouwen kunnen ook hormoonveranderingen zoals bij de menstruatie, zwangerschap en overgang een rol spelen.

Bij vestibulaire migraine ontstaat een aanval meestal door prikkels en de omstandigheden. Daarnaast kan het ontstaan door het zien van drukke bewegende beelden (bijvoorbeeld druk verkeer, snelle beelden op televisie, drukte in de supermarkt, drukke patronen op een muur, etc.).

Diagnose

Bij (vestibulaire) migraine kan eventuele schade aan de evenwichtsorganen en/of het gehoor gemeten worden. Om goed te bepalen wat er aan de hand is, kan aanvullend onderzoek nodig zijn. Dit kan zijn:

- een gehoortest (audiogram);
- evenwichtsonderzoek (VNG of ENG);
- MRI- of CT-scan van hersenen of slakkenhuis.

Heeft u last van:

- aanvalsgewijze draaiduizeligheid (met een aanvalsduur tussen de 5 min en 72 uur);
- een voorgeschiedenis van migraine;
- een tijdelijke combinatie van evenwichtssymptomen
- migraine symptomen

dan wordt meestal gedacht aan vestibulaire migraine.

Mogelijke behandeling – van vestibulaire migraine

- Een regelmatige en gezonde leefstijl heeft meestal een goed effect ('rust, reinheid, regelmaat'), omdat er dan minder prikkels zijn die een aanval kunnen uitlokken. Probeer bijvoorbeeld op regelmatige tijdstippen te eten en (genoeg) te slapen, stress te verminderen en voldoende te bewegen.
- Tijdens een aanval kunt u middelen gebruiken om misselijkheid en braken tegen te gaan.
- Als er vaak aanvallen optreden kan een behandeling met medicijnen gestart worden om aanvallen te voorkomen of te verminderen. Deze medicijnen moet u dan iedere dag innemen. Deze medicijnen zijn echter niet voor iedereen geschikt. Belangrijk is de medicatie heel langzaam op te bouwen om eventuele bijwerkingen te verkleinen. Het kan 8 weken of langer duren voordat u merkt dat de medicijnen werken. En soms moet u meerdere medicijnen proberen.

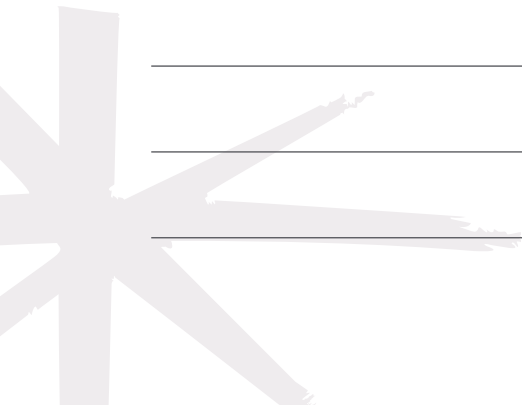
Verwacht beloop in de tijd – van vestibulaire migraine

Vestibulaire migraine kan zeer wisselend optreden, dit is niet te voorspellen. Soms heeft u alleen maar een periode last van aanvallen, of treden aanvallen vanzelf minder vaak op.

Vragen

Als u na het lezen van deze informatie nog vragen heeft kunt u deze altijd stellen aan de arts of de assistente.

Notities





De informatie in deze folder is belangrijk voor u. Als u moeite heeft met de Nederlandse taal, zorg dan dat u deze folder samen met iemand leest die de informatie voor u vertaalt of uitlegt.

The information in this brochure is important for you. If you have any difficulties understanding Dutch, please read this brochure together with somebody who can translate or explain the information to you.

Bu broşürdeki bilgi sizin için önemlidir. Hollandaca dilde zorlanıyorsanız, bu broşürü size tercüme edecek ya da açıklayacak biriyle birlikte okuyun.

Informacje zawarte w tym folderze są ważne dla Państwa. Jeśli język niderlandzki sprawia Państwu trudność, postarajcie się przeczytać informacje zawarte w tym folderze z kimś, kto może Państwu je przetłumaczyć lub objaśnić.

المعلومات المتواجدة في هذا المنشور مهمة بالنسبة لكم. إذا كنتم تواجهون صعوبة في اللغة الهولندية،
إحرصوا حينئذ على أن تقرأوا هذا المنشور بحضور شخص ما، الذي يترجم لك المعلومات الواردة فيه
أو بشرحها لكم.

Maasstad Ziekenhuis
Maasstadweg 21
3079 DZ Rotterdam

T: (010) 291 19 11

I: www.maasstadziekenhuis.nl / www.maasnik.nl (kinderwebsite)

I: www.maasstadziekenhuis.nl/mijn (patiëntenportaal)

