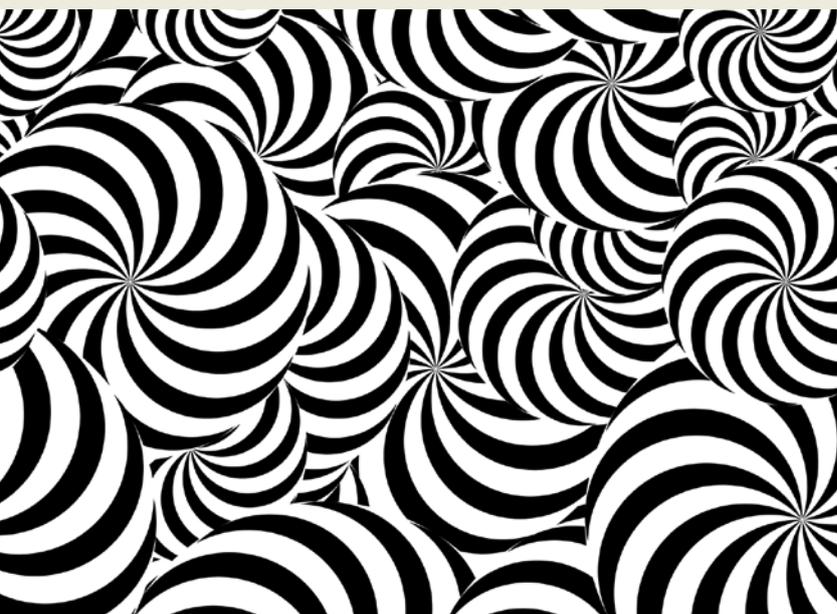


# FORSCHUNG medizin

## In Balance bleiben



© pikepicture / iStock / Thinkstock

**Eine Vielzahl der Menschen leidet unter Schwindel. Im Alter nehmen die Störungen des Gleichgewichtssystems noch einmal deutlich zu. Es gilt, schnell und effektiv zu handeln.**

**App** – Etwa jeder zehnte Patient klagt bei seinem Hausarzt über Schwindel. Er äußert sich vielfältig, kann zahlreiche Ursachen haben und den Alltag erheblich belasten. Häufig, vor allem im Alter, leiden die Menschen an chronischem Schwindel. Über 50 Prozent der über 75-Jährigen sind davon betroffen. Aufgrund dieses Handicaps werden Betroffene unsicher, ziehen sich zurück und verlieren dadurch oft auch noch den Anschluss an ihre sozialen Kontakte.

Das Gleichgewichtsorgan im Innenohr, die Augen und weiterhin die Rezeptoren in Muskeln, Gelenken und Fußsohlen sorgen dafür, dass das Gehirn ständig Meldung über die Lage des Körpers im Raum erhält. Menschen bleiben im Gleichgewicht, wenn alle Bestandteile des Systems funktionieren und das Gehirn alle Eingaben dieser Komponenten effizient verarbeitet. Voraussetzung

für eine einhundertprozentige Umsetzung ist eine gute Durchblutung des Gehirns. Im Alter lässt die Funktion der fünf Sinnesorgane, aber vor allem die des Gleichgewichtsorgans stark nach und das Gehirn ist nicht mehr in der Lage, die Informationen angemessen zu verrechnen. Entgegen den Vorstellungen eines Schwindelpatienten hilft Bewegung, denn das Gehirn muss lernen, die durch Alter oder Krankheit veränderten Informationen aus den Sinnesorganen wieder richtig zu bewerten. Eine Verordnung für ein Gleichgewichtstraining bei einem Physiotherapeuten ist hier genau richtig. Da aber ein solches Training oft nicht komplett erstattet wird beziehungsweise sich die Suche nach einem geeigneten Trainer schwierig gestaltet, erhalten Patienten häufig Übungsblätter oder Poster mit nach Hause, um selbst das Training zu übernehmen. Ein Training ohne Anleitung erweist sich allerdings als schwierig, da Schwindelpatienten unsicher sind und sich wenig zutrauen.

Die Vorteile eines digitalen Helfers, wie beispielsweise einer App, liegen da auf der Hand, denn ein Smartphone oder Tablet ist meistens dabei. Eine neue App zur Behandlung der drei häufigsten Schwindel-Formen, gutartiger Lagerungsschwindel, akutes vestibuläres Syndrom und der chronische Schwindel, kann jetzt auch Schwindelpatienten helfen. „Tebonin® Übungen gegen Schwindel“ heißt die zertifizierte App, wissenschaftlich fundiert und als Medizinprodukt registriert. Die App wurde in Zusammenarbeit mit Privatdozent Dr. Andreas Zwergal vom Deutschen Schwindel- und Gleichgewichtszentrum der Ludwig-Maximilians-Universität München entwickelt. Ärzte können Patienten diese App kostenlos zur Verfügung stellen. Nach Eingabe der ärztlichen Diagnose führt sie den Patienten durch einen individuellen, auf die Art des Schwindels optimierten Trainingsplan. Dennoch sollte die App nur nach ärztlicher Diagnose eingesetzt werden. ■

### QUELLE

Pressekonferenz „Im Gleichgewicht bleiben“  
20. Juni 2017, Hamburg  
Veranstalter: Dr. Willmar Schwabe GmbH & Co. KG.