

# Persisterende Positionele Perceptie Duizeligheid (PPPD)

PPPD is een recentelijk vastgesteld ziektebeeld, waar meerdere aandoeningen uit het verleden, zoals chronische subjectieve duizeligheid en visuele vertigo, zijn ondergebracht.

## Symptomen

De belangrijkste symptomen van PPPD zijn: een constant deinend en onzeker gevoel, klachten van onbalans (zonder draaiduizeligheid) gedurende minimaal 3 maanden.

De klachten zijn wisselend aanwezig, minimaal 15 dagen per maand. De meeste patiënten hebben echter alle dagen last.

De klachten nemen toe bij rechtop zitten of staan, alsook bij hoofd- en lichaamsbewegingen, en bij het waarnemen van bewegende beelden. PPPD begint vaak na een aanval van draaiduizeligheid (door een stoornis in het evenwichtssysteem), maar kan ook ontstaan na een paniekaanval. Ook hoofdletsel kan dergelijke klachten uitlokken.

Klachten kunnen vergezeld gaan van gevoelens van angst en somberheid.

## Diagnose

De diagnose PPPD wordt gesteld op basis van het klachtenpatroon van de patiënt en het uitsluiten van andere aandoeningen. Soms is aanvullend onderzoek in de vorm van onderzoek van het evenwichtsorgaan en gehoor nodig, zelden is er een reden voor beeldvorming (CT en/of MRI).

## Oorzaak

De oorzaak van PPPD is nog niet bekend; bij aanvullend onderzoek worden er geen afwijkingen gevonden. Het beeld is voor te stellen als dat de hersenen (als een computer) goed functioneren, maar dat er een verkeerd programma is geïnstalleerd.

## Behandeling

Een goede uitleg is van groot belang. Angst en somberheid gaan vaak een belangrijke rol spelen in de loop der tijd en dat moet benoemd worden.

## Vestibulaire revalidatie

Dit is een vorm van fysiotherapie die de patiënt probeert te gewinnen aan bewegingen en het omgaan met bewegende beelden. Deze vorm van fysiotherapie ermindert de klachten van duizeligheid en balans met 60 tot 70%, en reduceert ook gevoelens van angst en somberheid. De therapie moet wel 3 tot 6 maanden worden voortgezet.

## **Medicatie**

Anti-angstmedicatie en antidepressiva blijken de klachten met 60 tot 70% te verminderen. Ook gevoelens van angst en somberheid nemen af. Bij 20% van de patiënten worden echter duidelijke bijwerkingen gemeld. Soms moeten bij één patiënt meerdere medicijnen geprobeerd worden voordat een goed resultaat wordt bereikt.

## **Cognitieve gedragstherapie**

Dit kan behulpzaam zijn bij het reduceren van de klachten. Het goede effect is afhankelijk van hoe snel de therapie wordt gestart na het ontstaan van de klachten.