

WISSENSWERT

Sonderpublikation von Heel, Baden-Baden, für DMS-PTA MAGAZIN, Ausgabe 03/2017

Schwindel natürlich behandeln

Die Ursache von Schwindel sollte der Arzt abklären. Für die Selbstmedikation kann die PTA ihren Kunden mit Vertigoheel® ein natürliches, wirksames und sehr gut verträgliches Präparat empfehlen.

Erhebungen zufolge klagt jeder zehnte Patient beim Hausarzt über Schwindelsymptome.¹ Bei den über 65-Jährigen sind sogar etwa 30 Prozent betroffen. Der Leidensdruck ist häufig sehr hoch, denn die Symptome können enorme Auswirkungen auf den Alltag haben. So bergen Taumel und Standunsicherheit ein hohes Sturzrisiko. Wer einmal einen Schwindelanfall erlitten hat und dabei vielleicht sogar gestürzt ist, entwickelt meist große Angst vor dem nächsten Ereignis. Betroffene gehen deshalb nicht mehr oder nur noch selten aus dem Haus oder trauen sich nicht mehr, Auto zu fahren. Deshalb kann die Lebensqualität von Patienten mit Schwindel stark beeinträchtigt sein.

Bei Symptomen rasch zum Arzt

Bei Schwindelsymptomen sollte möglichst bald ein Arzt zur Abklärung der Ursache aufgesucht werden. Denn nur der Haus- oder Facharzt kann ernst zu nehmende Erkrankungen frühzeitig ausschließen und Schwindelauslöser identifizieren. Wenn zu niedriger Blutdruck, zu niedrige Blutzuckerwerte, Schwindel verursachende Medikamente oder Flüssigkeitsmangel die Ursache sind, wird dies der Hausarzt feststellen. Im Zweifelsfall überweist er Betroffene an einen HNO-Arzt, einen Neurologen oder eine Schwindelambulanz. In diesen Praxen stehen weiterführende Diagnosemöglichkeiten zur Verfügung.

Schwindeltagebuch hilft bei der Diagnose

Um den Arzt bei der Diagnostik zu unterstützen, ist es hilfreich, wenn Betroffene in einem Schwindeltagebuch wichtige Daten vermerkt haben. Selbst kleine Details können wichtig sein. Hat man diese im Vorfeld des Arztbesuchs notiert, werden sie in der Aufregung nicht vergessen. Denn der Arzt möchte beispielsweise wissen, seit wann die Beschwerden bestehen, wie lange die Schwindelattacken gewöhnlich dauern und in welchen Situationen sie bevorzugt aufgetreten sind. Auch Informationen über Begleitsymptome wie Kopfschmerzen, Ohrendruck sowie Hör-, Sprech- oder Schluckstörungen sind für die Diagnosestellung wichtig.



Leitliniengerechte Empfehlung

Für eine hochwertige und angemessene Versorgung von Patienten mit Schwindel hat die Deutsche Gesellschaft für Allgemeinmedizin und Familienmedizin (DEGAM) die S3-Leitlinie „Akuter Schwindel in der Hausarztpraxis“ erarbeitet.² Vertigoheel® ist darin als einziges natürliches Präparat aufgeführt. Untersuchungen haben gezeigt, dass es – anders als chemische Wirkstoffe – keine zentral-dämpfenden Eigenschaften besitzt, aber vergleichbar wirksam ist.^{3,4} Unerwünschte Neben- oder Wechselwirkungen sind nicht bekannt. Vertigoheel® ist mit anderen Wirkstoffen kombinierbar und deshalb eine gute Empfehlung für ältere Patienten mit Mehrfachmedikation.

Bewährte Kombination

Bei Vertigoheel® handelt es sich um ein natürliches, rezeptfreies Arzneimittel, das gegen Schwindel verschiedener Art und Ursache eingesetzt werden kann. Vier potenzierte natürliche Inhaltsstoffe, die an unterschiedlichen Stellen der Gleichgewichtsregulation angreifen und sich in ihrer Wirkung gegenseitig unterstützen, sind darin kombiniert: Indische Kokkelskörner (*Anamirta cocculus*), Gefleckter Schierling (*Conium maculatum*), Grauer Amber (*Amber grisea*) und Steinöl (*Petroleum rectificatum*). Untersuchungen haben gezeigt, dass durch regelmäßige Anwendung von Vertigoheel® Dauer, Anzahl und Intensität der Schwindelattacken nachweislich gesenkt werden.⁵

Vorteile von Vertigoheel®

Unter der Einnahme von Vertigoheel® tritt im Unterschied zu anderen Medikamenten gegen Schwindel (Antivertiginosa) keine zentrale Dämpfung auf, daher macht das Medikament auch nicht benommen oder müde. Dies ist besonders für ältere Betroffene ein großer Vorteil. Denn viele Senioren möchten heutzutage auch in hohem Alter noch mobil sein, sie sind mit dem PKW oder dem Fahrrad unterwegs. Konzentration, Aufmerksamkeit und die Fahrtauglichkeit werden durch Vertigoheel® nicht beeinträchtigt. Somit können die Patienten Stabilität und Lebensqualität zurückgewinnen. Einschränkungen bezüglich der Anwendungsdauer bestehen nicht. Das Medikament kann nach ärztlicher Rücksprache sowohl zur Kurz- als auch zur Langzeit-Therapie eingesetzt werden.

Gezieltes Gleichgewichtstraining

Bei Schwindel sollte man sich nicht körperlich schonen, sondern durch regelmäßige Übungen das Gleichgewichtssystem stärken. Es gibt eine Reihe von gezielten Übungen im Liegen, Sitzen und Stehen, die nach Rücksprache mit dem behandelnden Arzt auch zu Hause durchgeführt werden können. Durch ein regelmäßiges Gleichgewichtstraining kann das Gehirn lernen, besser mit Schwindel

Im Sitzen

Legen Sie einen Gegenstand vor sich auf den Boden. Beugen Sie sich aus aufrechter Sitzposition zum Gegenstand und heben Sie ihn auf (jeweils mit geschlossenen und offenen Augen).



Im Liegen

Richten Sie Ihre Augen auf einen Punkt. Dann drehen Sie den Kopf nach links und nach rechts und wieder zurück (anfangs langsam, später schneller).



umzugehen. Der Genesungsprozess wird unterstützt, die Beschwerden können dauerhaft reduziert werden. Ein Poster mit solchen Übungen kann die PTA Betroffenen zur Unterstützung der medikamentösen Behandlung empfehlen. Es steht unter www.vertigoheel.de zum Download bereit.

Fazit

Mit Vertigoheel® können PTA Erwachsenen mit Schwindelsymptomen ein natürliches Arzneimittel empfehlen, das wegen seiner guten Wirksamkeit und Verträglichkeit auch Eingang in die S3-Leitlinie „Akuter Schwindel in der Hausarztpraxis“ gefunden hat.

¹<http://www.apotheken-umschau.de/Schwindel>; ²DEGAM (Hrsg.): S3-Leitlinie „Akuter Schwindel in der Hausarztpraxis“ AWMF-Register-Nr. 053-018; ³Schneider B, Klein P, Weiser M: Arzneimittel-Forsch/Drug Res 2005;55(1):23-29; ⁴Wolschner U, Strösser W, Weiser M, Klein P: Biol Med (2001) 30:184-190; ⁵Seeger-Schellerhoff E: Eur J Integ Med 2009;1(4):231



Vertigoheel® Tabletten Zul.-Nr.: 13442.00.00. Zus.: 1 Tabl. enth.: Arzneil. wirks. Bestandt.: Anamirta cocculus Trit. D4 210 mg, Conium maculatum Trit. D3, Ambra grisea Trit. D6, Petroleum rectificatum Trit. D8 jeweils 30 mg. Gemeins. Potenzierung über die letzten 2 Stufen gemäß HAB, Vors. 40c. Sonst. Bestandt.: Magnesiumstearat. Zus. Anw.geb.: Sie leiten sich von den homöopath. Arzneimittelbildern ab. Dazu gehören: Verschiedene Schwindelzustände. Vorsicht bei anhaltenden o. unklaren Beschw. Gegenanz.: Keine bekannt. Nebenwirk.: Keine bekannt. Bei der Einnahme eines homöopath. Arzneimittels können sich die vorhandenen Beschw. vorübergehend verschlimmern (Erstverschlimmerung). Warnhinweis: Tabl. Enth. Laktose. Packungsbeilage beachten. **Biologische Heilmittel Heel GmbH, Dr.-Reckweg-Str. 2-4, 76532 Baden-Baden**