

KVA ER DINE SYMPTOM?

–og korleis me kan hjelpe



Krystallsjuka

– ein vanleg årsak til svimmelheit

Plutseleg svimmel? Går det rundt for deg når du snur deg i senga eller beveger hovudet i visse retningar? Då kan det henda du har fått **krystallsjuka**.

Kva er krystallsjuka?

Krystallsjuka er ei av dei vanlegaste formene for svimmelheit me behandlar på klinikken. Det er ei **ufarleg, men plagsam** tilstand som gir plutslege svimmelheitsanfall når ein rører på hovudet eller når ein skiftar stilling.

Tilstanden oppstår oftast hos personar mellom **40 og 70 år**, men kan råka folk i alle aldrar.

Kvifor oppstår krystallsjuka?

Krystallsjuka oppstår når små **kalkkrystallar (otolittar)** i det indre øyret **løsner og beveger seg inn i buegangane**, der balanseorganet vårt ligg.

I buegangane er det væske og sansehår som hjelper hjernen med å oppfatta rørsle. Når krystallane kjem på avvege, sender balanseorganet **feil signal til hjernen**, og det oppstår akutt svimmelheit når hovudet kjem i visse posisjonar.

Den medisinske termen for krystallsyke er **BPPV – benign paroksysmal posisjonsvertigo**.

Korleis blir krystallsjuka diagnostisert?

Diagnosen blir oftast stilt ved at terapeuten legg pasienten på ryggen og fører hovudet i spesifikke stillingar for å utløysa svimmelheit.

Ved undersøking kan ein sjå **rytmiske augebevegelsar (nystagmus)**, som er typisk ved krystallsjuka.

Behandling av krystallsjuka

For å **reposisjonera krystallane** blir det brukt spesifikke hovudrørsler og stillingsendringar. Desse hjelper hjernen med å tolka signala frå balanseorganet riktig igjen. Du får og øvingar du kan gjere heime.

Dei fleste opplever **rask betring** etter behandling. Det er berre ved langvarige og alvorlege tilfeller det er naudsynt å henvisa vidare.