# Workshop m. Ménière

**Joeri van Oeffel**
Fysio Vertigo Helmond

**Irene Hofkes**
Fysiotherapie Veldhoven Zuid

# Even voorstellen

## Joeri van Oeffel

Fysio/manueeltherapeut
en vestibulair fysiotherapeut

Fysio Vertigo in Helmond

## Irene Hofkes

Fysio/manueeltherapeut
en vestibulair fysiotherapeut

Fysiotherapie Veldhoven Zuid

# Inhoud


01 Even voorstellen

02 Werking van het evenwichtssysteem

03 Wat is m. Ménière?

04 Wat doet de fysiotherapeut?

05 Waar kunt u zelf op letten?

06 Take Home messages

07 Vragen?




hoormij

# De oorsprong van de ziekte van Ménière



Prosper Ménière (Franse arts, 1799-1862) beschreef in 1861 een ziekte die als kenmerk had:

-Draaiduizeligheid
-Gehoorverlies
-Tinnitus (oorsuizen)

Hij gaf aan dat de oorsprong in het binnenoor lag en niet in de hersenen

hoormij

# Even wat feitjes

- Cijfers verschillen… M. Ménière komt voor bij 10-500 per 100.000 personen
- In Nederland wordt geschat dat er tussen de 10.000 en 15.000 mensen zijn met m. Ménière
- Veel verschil in de duur van m. Ménière; soms wel tot 20 jaar
- Komt voor op volwassen leeftijd meestal tussen de 40-60 jaar, maar vroeger en later komt ook voor
- Periodes van meer of minder aanvallen kunnen voorkomen
- Van oudsher is m. Ménière vaak overgediagnosticeerd!

# Wat doen je evenwichtsorganen?

## Ruimtelijke oriëntatie

Ons gevoel van bewegen ten opzichte van onze omgeving

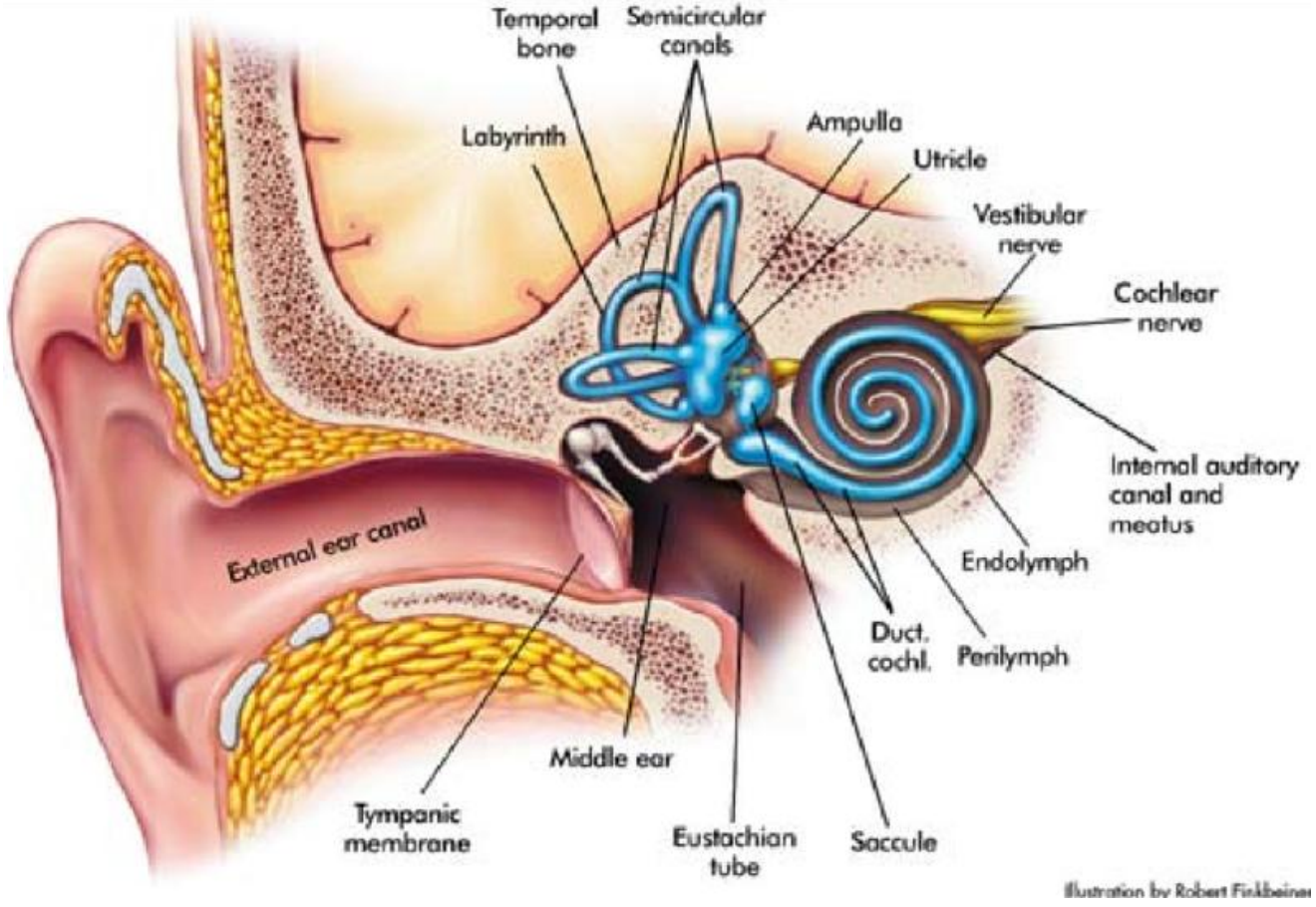
## Beeldstabilisatie

Het stabiel houden van onze visus tijdens bewegen

## Houdingsevenwicht vs zwaartekracht

Het handhaven van onze balans ten opzichte van de zwaartekracht. Zowel tijdens versnellen, vertragen, pivoteren als lineaire versnellingen (zoals in een lift).

# Het oor en het evenwichtsorgaan



# De diagnose (Bárány Society)

- Voor de diagnose **definitie m. Ménière** moet aan **alle** onderstaande voorwaarden worden voldaan:
- **Minimaal twee spontane aanvallen van vertigo**
  - dus geen uitsluitend positioneel uitgelokte duizeligheid;
  - iedere aanval duurt **20 minuten tot 12 uur**.
- **Audiometrisch aangetoond perceptief gehoorverlies**
  - laag- tot middenfrequent;
  - in **één oor**;
  - het aangedane oor moet tenminste eenmaal audiometrisch kunnen worden vastgesteld;
  - dit kan zijn gemeten **vóór, tijdens of na** een vertigo-aanval.
- **Fluctuerende aurale symptomen in hetzelfde oor**
  - fluctuerend gehoorverlies en/of
  - tinnitus en/of
  - een vol-/drukgevoel in het oor.
- De klachten kunnen **niet beter verklaard worden door een andere vestibulaire diagnose**.

hoormij

# Oorzaak van m. Ménière?

## De oorzaak is onduidelijk. Er zijn wel theorieën.

### Theorieën over het binnenoor

Verandering in de endolymfatische druk

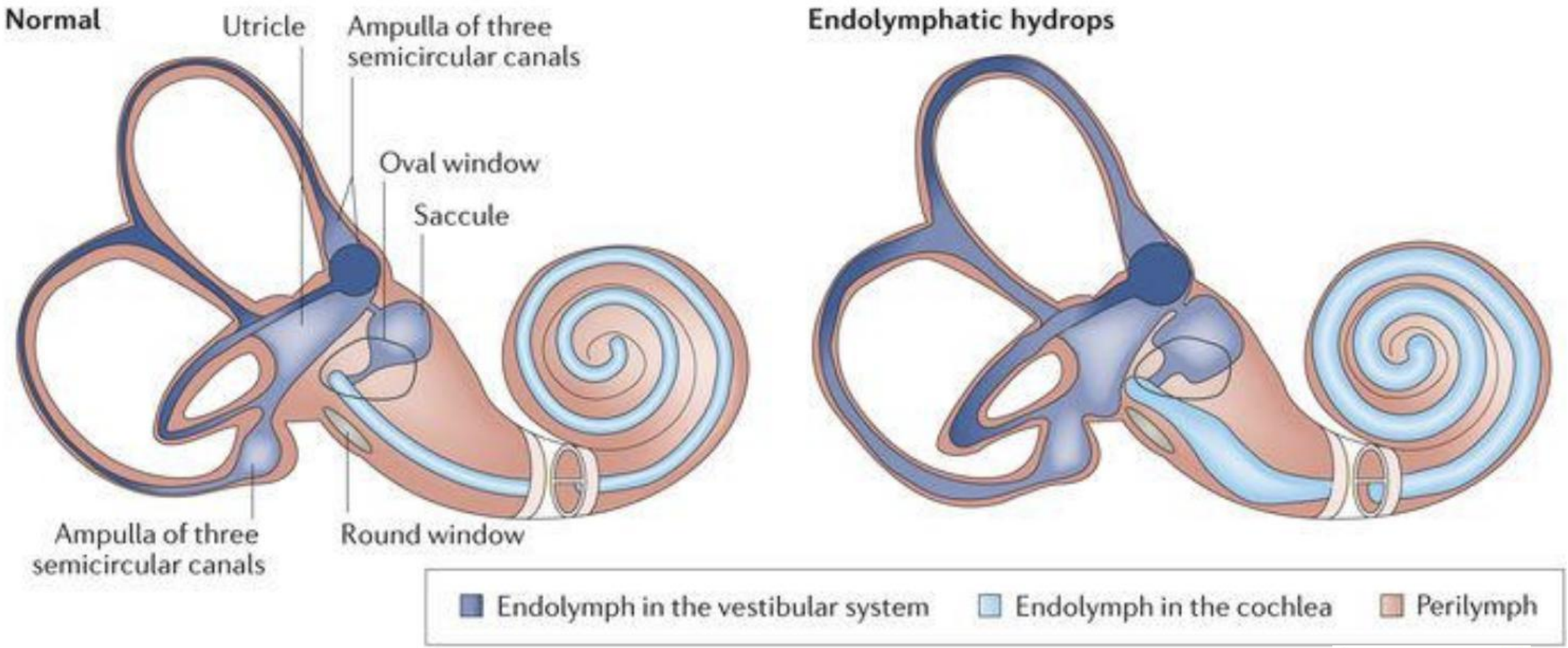
Contact van endolymfe met perilymfe

Verstoring van de homeostase van het binnenoor

### Ook beschreven links

Vestibulaire migraine

Auto-immuunproblematiek


Normal
Utricle
Ampulla of three semicircular canals
Oval window
Saccule
Ampulla of three semicircular canals
Round window
Endolymphatic hydrops
Endolymph in the vestibular system
Endolymph in the cochlea
Perilymph

hoormij

# m. Ménière vs vestibulaire migraine

Klinische kenmerken uit Chen et al. (2022)

| Kenmerk | Ménière | Vestibulaire migraine |
|---|---|---|
| Vrouw | 35–75% | 65–86% |
| Man | 37–65% | 14–35% |
| Beginleeftijd, gem. | 47,6 | 42,2 |
| Duur van aanvallen | 20 min tot uren | Seconden tot dagen |
| Migrainehoofdpijn | 0–28% | 65–76% |
| Niet-migrainehoofdpijn | 6–41% | 0–26% |
| Vertigo | 90–100% | 38–80% |
| Tinnitus | 72–98% | 0–61% |

| Kenmerk | Ménière | Vestibulaire migraine |
|---|---|---|
| Vol gevoel in het oor | 37–81% | 6–51% |
| Gehoorverlies | 54–100% | 0–79% |
| Misselijkheid | 20–91% | 72–97% |
| Braken | 20–74% | 50–72% |
| Fotofobie | 40–52% | 53–86% |
| Fonofobie | 54–63% | 10–82% |
| Voorgeschiedenis reisziekte | 20–30% | 33–62% |
| Migraine in de familie | 16–26% | 47–61% |

Bron: Chen et al. (2022). Literatuurverwijzingen uit de brontabel staan in de sprekersnotities.



hoormij

# Natuurlijk verloop m. Ménière

## Perez-Garrigues et al. (2008)

510 patiënten: snelle afname van duizeligheidsaanvallen in de eerste jaren, stabilisatie na 8 jaar.

## Perez-Carbonell et al. (2023)

327 patiënten: langdurige follow-up laat een geleidelijke afname van aanvallen over tijd zien.

**64%**

klachtenvrij van duizeligheidsaanvallen na 5 jaar

Gerritsen et al. (2024)

**79%**

klachtenvrij van duizeligheidsaanvallen na 10 jaar

Sumi et al. (2012)



hoormij

# Behandelen van m. Ménière

## Er is (tot op heden) geen curatieve oplossing

**Behandeling richt zich op klachtenmanagement en verwachtingsmanagement**

### Betrokken hulpverleners

- KNO wanneer nodig
- (gespecialiseerde) Fysiotherapie in bepaalde stadia

### Bespreekpunten

- Medicatie?
- Ménière-dieet?



hoormij

# Fysiotherapie en m. Ménière

**01** Educatie

**02** Verwachtingsmanagement

**03** Begeleiding en/of vestibulaire revalidatie



hoormij

# Wat is vestibulaire revalidatie?

Vestibulaire revalidatie traint de hersenen om beter om te gaan met een verminderde of wisselende input vanuit het evenwichtsorgaan.

Hierdoor kunnen balans, stabiliteit tijdens bewegen
en dagelijks functioneren verbeteren.



hoormij

# Trainingsprincipes

| | |
|---|---|
| **Adaptatie** | Blikstabilisatie |
| **Habituatie** | Bewegingsgevoeligheid |
| **Substitutie** | Alternatieve informatie |



hoormij

# Vestibulaire revalidatie altijd zinvol?

**WEL**

Chronische instabiliteit

Resterende vestibulaire hypofunctie

Problemen met balans en mobiliteit

**NIET**

Acute Ménière-aanvallen behandelen

Aanvallen voorkomen

Gehoorverlies herstellen



hoormij

# Doelen van vestibulaire revalidatie

## Meer grip op het dagelijks leven, ondanks m. Ménière

Minder instabiliteit

Minder valrisico

Meer vertrouwen in bewegen en balans

Weer deelnemen aan dagelijkse activiteiten



hoormij

# Hoe vind ik een hulpverlener?

## Duizeligheidscentra

https://www.kno.nl/patienteninformatie/duizeligheidscentra-nl/

## Vestibulair fysiotherapeut zoeken

https://ivrt.de/nl/voor-patienten/duizeligheid-therapeut-zoeken/



hoormij

# Vragen?

**Joeri van Oeffel**

Fysio Vertigo Helmond

**Irene Hofkes**

Fysiotherapie Veldhoven Zuid



hoormij