

svimmel

- til undersøking



Balanselaboratoriet



BALANSELABORATORIET

- er eit spesiallaboratorium for utgreiing av sjukdommar i balanseorganet, og får tilvist pasientar frå heile landet.
- er eit nasjonalt kompetansesenter for vestibulære sjukdommar, og driv med forskning på og undervisning om sjukdommar i balanseorganet.
- er ein del av Klinikk for hode-hals og samarbeider med Høresentralen og poliklinikken ved øyre-nase-halsavdelinga.

Viss du har fått tildelt time både til hørselmåling og hos øyre-nase-halsspesialist i tillegg til undersøkinga på Balanselaboratoriet, ber vi om forståing for at det kan bli litt ventetid mellom dei ulike tilboda.

Besøksadresse er:

Haukeland Universitetssjukehus,
Jonas Lies vei 65

Du møter ved:

Klinikk for hode-hals, Øyre-nase-hals poliklinikk
2.etg. i sentralblokka

For av-/ombestilling av time:

Tlf 55 97 27 00 • fax 55 97 26 43

e-post: ekspedisjon.onh@haukeland.no

Ver vennleg å oppgi personnummeret ditt når du tek kontakt.

Godt å vite før undersøkinga

PÅLITELEG TESTRESULTAT

For å få pålitelege testresultat er vi avhengige av eit godt samarbeid med deg som pasient.

Følgjande punkt er derfor viktige:

- Viss du brukar medisin mot svimmelheit, må du ikkje ta desse dei næraste 24 timane før undersøkinga.
- Ha ikkje på deg augesminke før undersøkinga. Denne sorten sminke forstyrrar eit av testapparata.
- Kvinner må bruke langbukser ved undersøkinga. Det er mest praktisk på grunn av bruken av ein spesiell sele på balanseplattforma.



UNDERSØKINGA INNEHELD:

- Testing på balanseplattform: Du står med sele på ei plattform med golv og tre vegger som kan bevege seg. Her gjer vi ei kartlegging av balansen din.
- Følgjetest med videobriller: Du sit framfor ein skjerm og følgjer eit objekt med auga. Augebevegelsane dine blir registrerte digitalt.
- Ulike hovudstillingar: Du ligg med videobriller i ein stol og vi registrerer augebevegelsane dine ved ulike hovudstillingar.
- Kalarisk test: Du får ei kort skylling med varmt (44°) og kaldt vatn (30°) i begge øyra. Du har videobriller på og augebevegelsane som blir framkalla av vatnet, blir registrerte digitalt i eitt minutt etter kvar skylling. Augebevegelsane er viktige opplysningar om korleis balanseorgana fungerer. Enkelte kan reagere med svimmelheit den korte tida registreringa varer.

Vestibulær

- det som har med balanseorganet i det indre øyret å gjere.

Tenk gjennom og svar

Vi ber deg tenke gjennom situasjonen din og fylle ut dette skjemaet. Ta det med til Balanselaboratoriet. Skjemaet er eit verktøy for legen i arbeidet med å stille diagnose.

1. Beskriv svimmelheita

Vi ønskjer å vite korleis du opplever svimmelheita for tida. Set kryss for det som passar med situasjonen din.

- a. Ei kjensle av at alt går rundt som i karusell? Ja
- b. Ei kjensle av at det gyngar som på ein båt?
- c. Ei kjensle av at du skal til å besvime/svartne vekk?
- d. Dårlig balanse, ustøheit, problem med å gå?
- e. Andre? _____

2. Korleis starta svimmelheita?

- a. Gradvis over lang tid. Skriv omtrent når _____
- b. Plutseleg. Skriv omtrent når _____
- c. Starta svimmelheita under ein periode med påkjenningar i arbeid/privat? Ja
- d. Starta svimmelheita i samband med ein skade av hovud/nakke?
- e. Starta svimmelheita i samband med ein luftvegsinfeksjon/influenza?

3. Korleis har svimmelheita utvikla seg?

Kva for ein av følgjande påstandar passar best med situasjonen din for tida? Ja

- a. Svimmelheita er den same heile tida?
- b. Svimmelheita er blitt jamt betre?
- c. Svimmelheita er blitt jamt verre?
- d. Svimmelheita kjem i anfall/periodar?

Viss ja, kor lenge har dei kraftigaste anfalla oftast vart (set eitt kryss)?

- i. Sekundar
- ii. Minutt
- iii. Timar
- iv. Dagar
- v. Veker

4. Har du hørselsymptom?

- a. Øyresus? Ja
Høgre/venstre/begge øyra (strek under).
- b. Trykk i øyret?
Høgre/venstre/begge øyra (strek under).
- c. Nedsett hørsel?
Høgre/venstre/begge øyra (strek under).
- d. Andre? _____

Viss ja, kom hørselsymptomet samtidig med svimmelheita?

5. Har du andre symptom samtidig med (eller nær opptil) svimmelheita?

Ja

- a. Kvalme
- b. Brekningar/oppkast
- c. Hovudverk
- d. Redusert syn
- e. Besvimelse (du mister bevisstheita heilt)
- f. Hjartebank
- g. Sveitning
- h. Andre ting? _____
- _____

6. Kva utløyser svimmelheita?

Blir svimmelheita klart verre viss du:

Ja

- a. Legg deg ned eller snur deg i senga?
- b. Er i eit supermarked eller kjøpesenter?
- c. Les?
- d. Brukar bukpress (pussar nasen, løftar tungt, er på toalettet)?
- e. Snakkar, ropar eller syng?
- f. Høyrer ein kraftig lyd?

7. Har du andre sjukdommar som kan gi svimmelheit?

Mange forskjellige sjukdommar kan føre til svimmelheit. Skriv ned sjukdommar du har eller har hatt tidligare.

8. Bruker du medikament som kan gi svimmelheit?

Mange medikament har svimmelheit som biverknad. Skriv ned alle medikament du brukar fast.

Fyll ut:

Namn:

Adresse:

Fødselsnr.: _____

Kontaktinformasjon; tlf: _____

Riv av skjemaet i perforeringa.



Balanselaboratoriet

Nasjonalt kompetansesenter
for vestibulære sykdommer

Øre-nese-halsavdelingen, Haukeland Universitetssykehus, 5021 BERGEN

Om svimmelheit

Å vere svimmel er ei av våre vanlegaste helseplager, men kan opplevast svært forskjellig.

Det kan starte plutselig med kraftige anfall eller vere ei meir utydeleg kjensle av å vere ustø, som kjem over lengre tid. Det kan vere del av eit samansett problem eller ein heilt avgrensa tilstand. Somme kan oppleve spontan betring, mens andre kan vere plaga over lengre tid.

Ettersom svimmelheit gjerne utfordrar oss på heilt grunnleggande måtar, er det ikkje uvanleg å reagere med bekymring og uro. Mange er usikre på korleis dei kan lære seg å meistre svimmelheita slik at den ikkje overtek styring over livet.

Ei grundig utgreiing er vesentleg. Det er

viktig å få klarlagt om det er spesielle ting som talar mot aktivitet når tilstanden ikkje lenger er akutt. Aktivitet og bevegelse er grunnelement i behandlinga av dei fleste tilstandar som medfører svimmelheit.

Informasjon og kunnskap om tilstanden er ein del av behandlingstiltaka. På Balanselaboratoriet vil du få meir informasjon om svimmelheit og balanse, og om eigeninnsatsen sin plass i behandlinga.

*Stein Helge Glad Nordahl
overlege Balanselaboratoriet*

Det er ikke alltid like lett å stille "en eksakt diagnose", men vi håper at møtet med oss på Balanselaboratoriet kan hjelpe deg videre i din forståelse av svimmelheten, og at vi kan gi deg konkrete råd om hva du kan gjøre for å bli bedre.

- for pasientar og helsearbeidarar -
www.balanselaboratoriet.no
Inneheld informasjon om svimmelheit. Treng du eit personleg treningsprogram, finn du rettledning her.

Heftet er ein del av ein informasjonsserie om svimmelheit.

- Finne balansen
- Menière
- Vestibularisnevritt, langvarig svimmelheit
- BPPV / krystallsykje

Styringsleiar for prosjektet:
Stein Helge Glad Nordahl
Prosjektleiar/forfattar:
Anne Britt N. Losnegård
Kommunikasjonsrådgivar/illustratør:
Margunn Masdal, **eko** • 2008