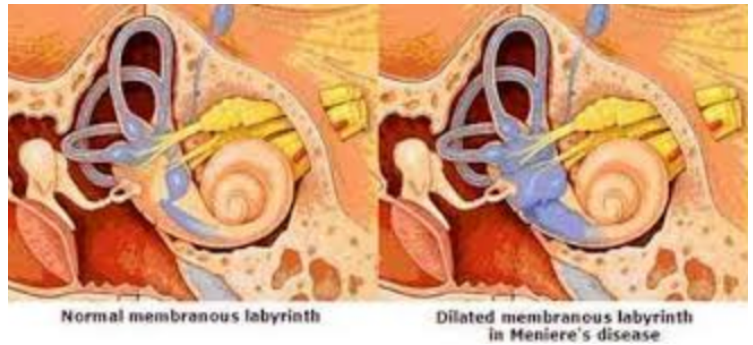
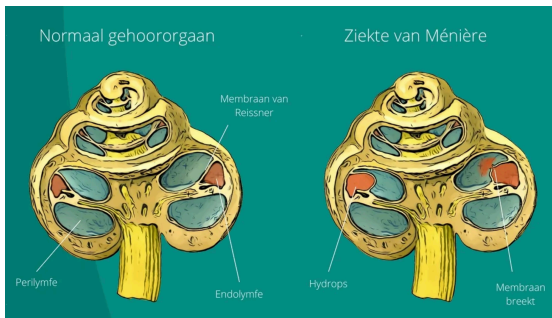


De ziekte van Ménière (Norré) versie 23-26



Onderstaande informatie en richtlijnen werden tijdens de raadpleging besproken. U vindt ze hier terug om nog eens rustig te overlezen. Bij een volgende raadpleging kunt u eventueel nog verdere vragen stellen.

De ziekte van Ménière werd voor het eerst door Prosper Ménière besproken in 1861 en omvat 5 symptomen die aangevalsgewijs optreden :

1. *Draaierigheid*
2. *Hyperacusie*
3. *Gehoorsdaling*
4. *Tinnitus*
5. *Volheidsgevoel.*

Het ene symptoom staat soms veel meer op de voorgrond dan het andere.

- Prevalentie : 20-200 op 100 000
- Incidentie : 15 op 100 000
- Leeftijd meestal tussen 20 en 50 jaar
- man / vrouw = 1/1
- 1/3^e tot 2/3^e van de gevallen unilateraal, dwz één kant.

Duur is belangrijk : minuten tot uren. Geen seconden dus !

Bij de ziekte van Ménière wordt het binnenoor getroffen : Daar treffen we twee delen aan: één deel dient voor het gehoor (cochlea) en één voor het evenwicht (vestibulum).

Vandaar dat een stoornis van het evenwicht kan (en dikwijls zal) gepaard gaan met stoornissen van het gehoor. Het gaat om een destabilisatie van de endolymfatische regulatie meer in het bijzonder is de endolymfatische druk groter dan de perilymfatische. Dit kan zelfs geobjectiveerd worden dmv NMR.

De ziekte van Ménière is een *goedaardige* stoornis. Er is geen gevaar voor verdere uitbreiding met aantasting van andere zenuw of hersenfuncties ; m.a.w. u gaat niet invalide worden en er is geen levensgevaar (zoals bij voorbeeld bij multiple sclerose of Alzheimer). Zet dus elk idee van gezwel of kwaadaardige ziekte uit uw hoofd.

Oorzaken kunnen embryopathisch zijn (=patiënt is er mee geboren), ideopathisch (=we weten niet waarom iemand het krijgt), hormonaal, autoimmuun (=het immuunsysteem veroorzaakt door de stoornissen) en zelfs traumatisch (bv. na ruggeprik). Erfelijkheid kan een rol spelen.

Er zijn 4 gradaties :

1. *Geén Ménière*
2. *Mogelijke Ménière*
3. *Waarschijnlijke Ménière*
4. *Zekere Ménière*

Eenmaal de afwijking van het binnenoor werd vastgesteld (*en dit kan-moet 2 tot 3 consultaties-metingen duren*), blijft deze aanwezig en verdwijnt niet. Patiënten met de ziekte van Ménière moeten aanvaarden dat het oor altijd in staat is en gereed is om last te produceren.

Dankzij een gepaste aanpak kunnen aanvallen wegblijven of tot zeldzame voorvallen worden herleid en beperkt het gehoorsverlies zich tot nihil. Het is dus best mogelijk dat u *maar één Ménière aanval krijgt in uw leven*.

Net zoals bepaalde voedingsbestanddelen kunnen leiden tot hartkloppingen (koffie, Coca Cola, Red Bull) of diarree (pruimen en speculaas) of obstipatie (rijst) weten we ook dat Ménière door bepaalde uitwendige invloeden kan worden opgewekt namelijk

- Cafeïne
- Alcohol
- Tabak
- Zout

De voornaamste uitlokkende factor is echter **STRESS** : de afwijking in uw binnenoor kan als een ANTENNE beschouwd worden van hoe uw lichaam en psyché zich voelen.

De factor stress is bijzonder vervelend : heel vaak wordt de ziekte gezien bij patiënten met een perfectionistische persoonlijkheidsstructuur. De angst om de ziekte opnieuw te krijgen, kan de ziekte van Ménière eigenlijk alleen maar verergeren. Een correct aanpakken van het eigenlijke stressprobleem (familiaal, werk, gezondheid, levensingesteldheid) leidt doorgaans tot de beste resultaten.

Daarom is het goed met veel mensen te praten over het stressprobleem (gedeelde smart is halve smart), zelfinzicht (lees boeken omtrent stress, perfectionisme of type A persoonlijkheidsstructuren, goed leven), ontspannings-wegen te zoeken zoals sporten of wandelen, ... en vooral ... te vinden... **SUCCES !**

Medicamenten ?

Betahistine is het meest gekend en is makkelijk te titreren. Proberen want succes is niet gegarandeerd. Medrol werkt doorgaans wél goed, alle nevenwerkingen ten spijt. Sulpiride laag gedoseerd helpt vaak onrechtstreeks omdat men zich rustiger voelt.

Chirurgische oplossingen ?

Deze zijn in onderzoek (clipping of shunting van de ductus endolymphaticus = afvoergang van het endolymfe-compartiment) maar resultaten zijn nog niet zeker.