

**“Iedere duizelige
patiënt verdient
houvast.”**



Met specialistische en individueel afgestemde therapie kan écht het verschil gemaakt worden. Ik neem uw klachten serieus en u staat er niet alleen voor. Samen gaan we aan de slag voor het best haalbare en blijvende resultaat.

**Neem vrijblijvend contact op of maak een afspraak;
ik help u graag.**

Charlotte Houtackers

Fysiotherapeut
Manueeltherapeut
Vestibulair revalidatietrainer
Mindfulnessstrainer

BIG en CKR geregistreerd

**Bent u uit balans door duizeligheid?
Bent u ook zo moe van de hoofdpijn?
Is uw nek pijnlijk en stijf?**

Blijf niet doorlopen met uw klachten.
Want wat vanzelf gekomen is, gaat niet altijd vanzelf over. U herstelt sneller én beter met gerichte interventies en advies op maat.

PhysioBalance

Specialistische fysiotherapie, manuele therapie en vestibulaire revalidatie bij duizeligheid, hoofdpijn en nekpijn.

Physio  **Balance**

Meer weten?

PhysioBalance

Groesbeekseweg 246-B
6523 PJ Nijmegen
06 - 40 30 66 53
info@physiobalance.nl
www.physiobalance.nl



Duizeligheid en Evenwichtsstoornissen

Wacht niet langer af, er is wat aan te doen!



Physio  **Balance**

www.physiobalance.nl

Duizeligheid en evenwichtsklachten

Duizeligheid is een veel voorkomende klacht die uw leven behoorlijk kan ontregelen. Het is een gevoel dat op verschillende manieren kan worden ervaren, zoals draaiduizeligheid, licht in het hoofd of een onvast gevoel in de benen. Duizeligheid brengt u uit evenwicht en kan daarbij veel andere klachten geven.

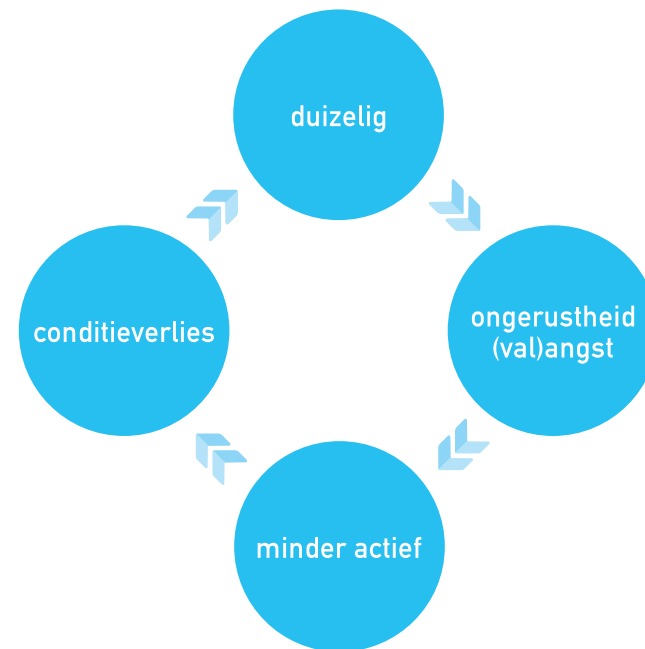


Herkent u deze klachten?

- het gevoel dat uw omgeving draait of dat u zelf draait
- licht of zweverig gevoel in het hoofd
- onzeker gevoel in de benen, dronkenmansgang
- het gevoel dat u deint of dat de grond beweegt
- gevoel van desoriëntatie
- misselijkheid, wagenziek
- (tijdelijk) minder horen en/of oorsuizen
- overgevoelig voor visuele en geluidsprikkels
- deinend of wazig beeld als u loopt of het hoofd draait
- problemen met concentratie en geheugen
- hoofdpijn en/of nekpijn
- vermoeidheid, weinig energie
- emotionele klachten: angst, somberheid, piekeren

De gevolgen van duizeligheid

Duizeligheid kan veel impact hebben op het dagelijks leven. Het belemmert u bij uw werkzaamheden, in uw sociale leven en bij het sporten. Wat doorgaans als ‘vanzelf’ gaat, zoals lopen, autorijden of computerwerk, kost nu meer energie of lukt helemaal niet meer. Uw evenwicht bewaren gaat niet meer automatisch waardoor u eerder kunt vallen. Dat maakt angstig en onzeker. Door de angst kan de duizeligheid erger worden en gaat u minder bewegen.



Als de klachten aanhouden kan een vicieuze cirkel van duizeligheid, angst/stress, conditieverlies en toename van de klachten ontstaan. Duizeligheid is onvoorspelbaar en voelt onveilig. In evenwicht blijven is hard werken en dat maakt u moe. Voor iemand anders is dat soms moeilijk te begrijpen en dat kan frustrerend zijn.

Wacht dus niet langer af, er is wat aan te doen!

Onderzoek en behandeling bij PhysioBalance

Duizeligheid kan verschillende oorzaken hebben, zoals bijvoorbeeld een aandoening van het evenwichtsorgaan. Zorgvuldige diagnostiek is dan ook de basis voor een effectieve behandeling.

Bij PhysioBalance is er alle tijd, aandacht en begrip voor uw verhaal. Dan volgt een uitgebreid lichamelijk onderzoek met o.a. specifieke tests van het evenwichtssysteem. Zo nodig is er overleg met uw huisarts, specialist of een multidisciplinair duizeligheidscentrum. U krijgt duidelijke uitleg over wat er aan de hand is en een advies voor de best passende, wetenschappelijk onderbouwde behandeling. Dit geeft overzicht, rust en perspectief, wat erg belangrijk is voor uw herstel.



Soms is de duizeligheid snel op te lossen, zoals meestal bij een BPPD (goedaardige positieduizeligheid). Maar ook wanneer u een chronische aandoening heeft (bv. Ménière of uitval van een evenwichtsorgaan) en zelfs wanneer er geen oorzaak te vinden is, kan de kwaliteit van uw leven aanzienlijk verbeteren. U kunt rekenen op mijn professionele en persoonlijke begeleiding. Standaard oefenprotocollen zijn géén effectieve benadering voor uw klachten en beperkingen. Met mijn specifieke aanpak en met uw actieve inzet krijgt u meer grip op uw klachten, meer vertrouwen in uw lichaam en meer evenwicht in uw leven.