

Undersøglesprogram

Generelt

- Øreundersøgeles
 1. svimmelhedstest
- Nakkevurdering
 1. Ultralydsskanning
 2. Bevægelighed

Specielt

- Smooth pursuit neck torsion test (C.Tjell)

Revideret oktober 2018/hr

“Nakkeskade / piskesmæld “



Øre-næse-hals-klinikken

Dyrehavevej 19

3400 Hillerød

Tlf.: 4826 7730

www.dyrehavevej19.dk

Symptomer

- 10% fortsætter med at have ondt i nakken
- Svimmelhed / synsforstyrrelser
- Hukommelsesproblemer

Årsag

- Overstrækning af følelegemer i nakkemuskulaturen (proprioceptorer) medfører forkerte signaler til hjernes balancekontrolcenter
- Ørekrystal forskydning og/eller lækage af indre øre væske
- Forstyrrelse af det perifere synsfelt pga. øjenmuskel-øre-nakkerefleks defekter
- Kompensatoriske muskelspændinger for at stabilisere kropsholdningen

Stoppe ond-cirkel

Det er dig selv der skal stoppe den.

- Hvile
- Smertekontrol
- Træningsprogram (C.Tjell)

Ved gentagende balanceøvelser indprentes hjernen til nye "erindringsbilleder" og der opstår mindre behov for kompensatoriske muskelspændinger

- Varmepude i nakken (afspænder)

Vigtigt efter hver træning

- Destilleret vand indsprøjtninger
- Samtale-terapi