

# INHALT

Willkommen! 6

## KAPITEL 1

**Schädigung des Innenohrs –**  
Wenn der Schwindel nicht mehr verschwindet 10

## KAPITEL 2

**Lagerungsschwindel –**  
Wenn Bewegung den Schwindel auslöst 24

## KAPITEL 3

**Altersschwindel –** Wenn der Gleichgewichtssinn in die Jahre kommt 38

## KAPITEL 4

**Hörsturz –** Wenn der Schwindel einen plötzlich überfällt 62

## KAPITEL 5

**Morbus Menière –** Wenn Schwindelanfälle immer wieder kommen 76

## KAPITEL 6

**Schritt für Schritt zur richtigen Diagnose 82**

## KAPITEL 7

**Neurologische Probleme –**  
Wenn der Schwindel reine Kopfsache ist **108**

## KAPITEL 8

**Verspannungen –** Wenn der Schwindel  
von den Muskeln kommt **122**

## KAPITEL 9

**Funktioneller Schwindel –** Wenn die Angst  
einen aus dem Gleichgewicht bringt **134**

## KAPITEL 10

**Vestibularisausfall –** Wenn ein Gleichgewichts-  
organ die Arbeit einstellt **150**

## KAPITEL 11

**Vier Säulen der Therapie** **156**

## KAPITEL 12

**Woher kommt mein Schwindel?** **174**

## KAPITEL 13

**Aktiv werden –** Übungen für Ihren Alltag **192**

Glossar **213**

Die Autoren **222**