



Viele Menschen leiden mit zunehmendem Alter unter Schwindelgefühlen und einer hohen Sturzneigung, die wegen der Verletzungsgefahr lebensbedrohlich ist. Die Entwicklung von Schwindelgefühlen kann sehr viele Ursachen haben, die ärztlich abzuklären sind.

Niedriger Blutdruck, Durchblutungsstörung in den Arterien zum Hirn sind mögliche Ursachen. Wenn sich jedoch keine Begründung finden lässt oder die Behandlung keine Besserung bringt, kann der Schwindel eine bis heute unbeachtete Ursache haben, die ohne Medikamente zu behandeln ist.

Gemeint ist der plötzliche, sekundenlange Muskelspannungsverlust in den Beinen.

Die Folge davon ist ein absoluter Funktionsausfall der Beinmuskulatur und zwangsläufig ein Sturz ohne Chance, sich zu fangen. Bezeichnend für dieses Phänomen ist der Kontrollverlust beim belasteten Bein, sodass der Fall immer nach vorne und in Richtung der belasteten Seite verläuft.

Bevor der vollständige Kontrollverlust eintritt, hat der Betroffene oft Unsicherheitsgefühle im Stand, die sich zum Schwindelgefühl verstärken können.

Deshalb sind lange bevor Schwindel oder Stürze auftreten, folgende Symptome zu beobachten.

Muskelkrämpfe in den Unterschenkeln nachts, Schmerzen im inneren Bereich des Knies, ziehender Schmerz vom Beckenkamm über den Po bis zur Außenseite des Oberschenkels, Rückenschmerzen, usw...

Das heißt, dass Schwindel und Sturzneigung nur weitere Symptome einer lang andauernden Fehlbelastung beim Gehen und Stehen sind, unter der viele Menschen oft ihr Leben lang leiden. Glücklicherweise kann man durch einige Maßnahmen die Intensität der Probleme abschwächen.

So sollte darauf geachtet werden, dass die Schuhe feste und gerade Sohlen haben und die Zehen nicht vom Schuh eingeeengt werden. Es hilft auch, jeden Abend seine Zehen zu massieren und zu richten. Durch die weitergehende Beratung bei uns kann der Schwindel vollständig verschwinden und andere Schmerzsymptome weitgehend reduziert werden..