Wanneer eerst een arts bellen

Niet alle duizeligheid is BPPD. Nieuwe of afwijkende klachten moeten soms met spoed door een arts worden beoordeeld.

Bel direct 112

Bij plotselinge duizeligheid met één of meer van deze verschijnselen:

- een scheve mond of minder kracht of gevoel in gezicht, arm of been;
- moeite met praten of slikken, of dubbelzien;
- opeens niet meer goed kunnen lopen.

Dit kan wijzen op een beroerte. Bel ook als de verschijnselen alweer zijn verdwenen. Noteer wanneer ze begonnen.

Bel direct de huisarts of spoedpost

Bij plotselinge duizeligheid met nieuw gehoorverlies, ernstige hoofd- of nekpijn, flauwvallen of een val. Wacht dan niet op een afspraak bij de fysiotherapeut.

Bel dezelfde dag uw huisarts

Bij plotselinge nieuwe duizeligheid als u 65 jaar of ouder bent, een verhoogd risico op hart- en vaatziekten heeft, eerder een beroerte of hart- en vaatziekte had, bloedverdunners gebruikt of een flinke klap op het hoofd heeft gehad.

Neem ook contact op met de huisarts als de duizeligheid aanhoudt terwijl u stilzit of stilligt, of samengaat met nieuw oorsuizen of een vol gevoel in het oor.

Onze locaties

Ter Aar
Medisch Centrum Vosholplein
Vosholplein 1-4, 2461 AA Ter Aar
0172-603434
teraar@fysiotopfit.nl

Boskoop
Medisch Centrum Boomgaard
Boomgaard 215F, 2771 PD Boskoop
0172-212147
boskoop@fysiotopfit.nl

Nieuwkoop
Maarten Freeke Wije 2D, 2421 TP Nieuwkoop
0172-575595
nieuwkoop@fysiotopfit.nl

Algemeen
085-0514000
blijftopfit@fysiotopfit.nl

WhatsApp
06-57250687
(alleen berichten, niet bellen)

Scan voor de openingstijden

Download onze apps

Fysio Topfit

Download in de App Store

Topfit met Toppie

ONTDEK HET OP Google Play

Gratis te downloaden voor iPhone en Android.

Draaiduizeligheid

BPPD
bij Fysio Topfit

Wordt u kort maar hevig duizelig als u gaat liggen, zich omdraait in bed, bukt of omhoogkijkt? Lijkt het alsof de kamer draait? Dit kan passen bij BPPD.

Onderzoek en gerichte behandeling

BPPD is een goedaardige vorm van positieduizeligheid die vaak goed te behandelen is. Onze gespecialiseerde fysiotherapeuten onderzoeken of uw klachten hierbij passen en welke behandeling geschikt is.

Maak een afspraak

Scan de QR-code of bel 085-0514000.
Vermeld dat u last heeft van duizeligheid.

Lees bij nieuwe of afwijkende klachten eerst wanneer u een arts moet bellen.

Versie 3.2 – november 2026

Wat is BPPD

BPPD staat voor benigne paroxismale positieduizeligheid. Dat betekent: korte aanvallen van goedaardige duizeligheid die ontstaan bij een verandering van de houding van uw hoofd.

Hoe ontstaat het

In het evenwichtsorgaan in uw binnenoor zitten kleine kalkkristalletjes, ook wel oorsteentjes genoemd. Bij BPPD komen deze op een verkeerde plek in een van de halfcirkelvormige kanalen terecht.

Bij een hoofdbeweging bewegen de kristalletjes mee. Uw evenwichtsorgaan geeft daardoor een onjuist draaisignaal aan uw hersenen. Meestal is niet duidelijk waarom dit gebeurt. Soms ontstaat BPPD na hoofdletsel of een aandoening van het evenwichtsorgaan.

Hoe herkent u de klachten

- Een draaiend gevoel bij bijvoorbeeld omdraaien in bed, gaan liggen, bukken of omhoogkijken.
- De aanval begint soms pas enkele seconden na de beweging en duurt meestal kort: seconden tot ongeveer een minuut.
- U kunt misselijk worden of overgeven. Na een aanval kunt u nog wat onvast zijn.

BPPD veroorzaakt op zichzelf geen plotseling gehoorverlies, verlamming of spraakproblemen. Zulke verschijnselen passen niet bij gewone BPPD en vragen om medische beoordeling.

Hoe lang duurt het

Vaak verdwijnen de aanvallen binnen ongeveer 4 weken vanzelf. Een passende behandeling kan helpen om de klachten eerder te verminderen. BPPD kan later terugkomen.

Onderzoek en behandeling

We bespreken uw klachten en gezondheid. Met gerichte houdingsproeven, zoals de Dix-Hallpike-test of een roltest, kijken we of er aanwijzingen zijn voor BPPD, welke kant is aangedaan en welk kanaal betrokken is.

Tijdens de tests kan de duizeligheid kort worden opgewekt. We letten ook op karakteristieke oogbewegingen. Zijn de klachten niet passend bij BPPD? Dan bespreken we verdere beoordeling door uw huisarts.

De juiste manoeuvre

Bij BPPD kan een repositiemanoeuvre helpen: we brengen uw hoofd en lichaam in een bepaalde volgorde van houdingen. Zo verplaatsen de oorsteentjes zich naar een plek waar ze geen draaiduizeligheid meer uitlokken.

De Epley-manoeuvre is geschikt voor een veelvoorkomende variant. Bij een ander kanaal kan een andere manoeuvre nodig zijn. U kunt tijdens of kort na de behandeling tijdelijk duizelig of misselijk worden.

Vertel ons vooraf of u nek- of rugklachten, bewegingsbeperkingen of andere belangrijke aandoeningen heeft. We beoordelen of de tests en behandeling veilig kunnen worden uitgevoerd.

Na de behandeling

Vaak nemen de klachten na één of enkele behandelingen af. Soms is herhaling of aanvullend onderzoek nodig. Doe een manoeuvre thuis alleen als dit met uw behandelaar is afgesproken en u duidelijke instructies heeft gekregen.

Zijn de klachten na een week niet minder, of na 4 weken niet over? Neem contact op met uw huisarts. Bij nieuwe of afwijkende verschijnselen volgt u het advies op de buitenzijde van deze folder.

Veilig blijven bewegen

Beweeg uw hoofd en lichaam weer normaal zodra dat lukt. Bij een heftige aanval gaat u even veilig zitten of liggen en wacht u tot de duizeligheid afneemt. Vraag zo nodig hulp om vallen te voorkomen.

Rijd geen auto en fiets niet zolang u nog aanvallen heeft. Hoofdbewegingen of omkijken kunnen onverwacht duizeligheid uitlokken. Hervat deze activiteiten pas als de aanvallen voorbij zijn.

Afspraak en vergoeding

U kunt zonder verwijzing een afspraak maken. Bij alarmsymptomen neemt u eerst contact op met een arts. Bij Fysio Topfit zijn meerdere fysiotherapeuten gespecialiseerd in BPPD.

Vergoeding vanuit een aanvullende verzekering voor fysiotherapie hangt af van uw pakket en het aantal resterende behandelingen. Er geldt dan geen verplicht eigen risico. Fysio Topfit heeft contracten met alle zorgverzekeraars.

Wordt de behandeling niet vergoed? Dan betaalt u zelf. Controleer uw polis en vraag ons vooraf naar het actuele tarief.

Wat neemt u mee

Een geldig identiteitsbewijs, uw verzekeringsgegevens en een eventuele verwijzing. Draag gemakkelijk zittende kleding. Neem bij voorkeur iemand mee als u zich onvast voelt en regel zo nodig vervoer naar huis.

Meer informatie

Op thuisarts.nl/positie-duizeligheid-bppd vindt u meer uitleg over BPPD en de behandeling. Vraag uw therapeut om persoonlijk advies en uw verzekeraar naar uw vergoeding.