3. Fachtagung der FSG vom 22.11.2025 mit dem Thema «Wiederkehrende Schwindelanfälle Vestibuläre Migräne? Morbus Menière?»

«Wiederkehrende Schwindelanfälle Vestibuläre Migräne? Morbus Menière?», so lautet das Thema der 3. Fachtagung der Fachgruppe Schwindel und Gleichgewichtsstörungen, die am Samstag, den 22. November 2025 im Inselspital in Bern stattgefunden hat. Die Tagung war mit 50 Teilnehmenden ausgebucht.

Cornelia Meier begrüsst um 9 Uhr alle Teilnehmenden der Tagung. Sie bedankt sich bei der Arbeitsgruppe Weiterbildung sowie beim Inselspital Bern, insbesondere Balz Winteler, für die Räumlichkeiten, die dafür zur Verfügung gestellt wurden, sowie für die Organisation.

Balz Winteler, Mitglied der Leitung des Instituts für Physiotherapie der Insel Gruppe und der Zentrumsleitung des Schwindelzentrums des Inselspitals Bern, begrüsst die Anwesenden.

Maya Kündig, Co-Präsidentin der Fachgruppe und AG Weiterbildung, stellt die Ziele des Tages sowie das Tagesprogramm vor.

Stefan Schädler, Vorstandsmitglied der FSG und AG Weiterbildung, stellt Alexander Tarnutzer, Facharzt für Neurologie, ärztlicher Leiter Kantonsspital Baden, vor.

Alexander Tarnutzer hält ein Referat über das episodische vestibuläre Syndrom. Er unterteilt die vestibulären Syndrome in 3 Szenarien: der akute Schwindel auf dem Notfall, der episodische und der chronische Schwindel in der Praxis. Der Schwindel könne getriggert und nicht-getriggert sein. Der Fokus der Präsentation richtet sich auf zweites. Er stellt die vestibuläre Migräne und den Morbus Menière vor, zeigt auf, wie diese Krankheitsbilder diagnostiziert werden, wie sie von anderen Krankheitsbildern abgegrenzt werden können und welche Gemeinsamkeiten sowie Unterschiede sie aufzeigen.

Stefan Schädler stellt Nora Steiger, Physiotherapeutin MSc Neurologie mit Fachexpertise Neurologie, Schwindel und Fazialisparese, aus dem Universitätsspital Zürich vor. Sie stellt den Teilnehmenden ihre Masterarbeit zum Thema «Beurteilung der Otolithenfunktion mit einem Aufzug bei Patienten mit vestibulärer Migräne», vor. Dabei erklärt sie das gesamte Vorgehen inkl. Methodik, Outcomes und Statistik und stellt die Resultate der Otolithen- sowie der Lichtreaktionszeit vor. Die Otolithenreaktionszeit sei bei gesunden Personen sowie bei Patient:innen mit vestibulärer Migräne deutlich kürzer gewesen im Vergleich zu Personen, die eine einseitige vestibuläre Dysfunktion aufzeigen, wobei die Reaktionszeit des Lichtes bei allen 3 Gruppen gleich schnell war.

Nach einer 30minütigen Pause, in der Getränke, Früchte und Gipfeli/Brötli von der Fachgruppe bereitgestellt wurden, geht es weiter mit den Workshops, bei denen sich die Teilnehmenden in 2 Gruppen teilen.

Maya Kündig stellt die beiden Referent:innen vor: Kay Makkinje, Physiotherapeut FH, welcher eine eigene Praxis in Spiez führt und unter anderem advanced breathing instructor ist, sowie Heike Kubat, Physiotherapeutin MSc., OMT, Studienleiterin an der Berner Fachhochschule (craniocervicale Dysfunktionen), Inhaberin Physiopraxis Movecenter Feldmeilen.

Kay Makkinje stellt den Teilnehmenden ein Fallbeispiel zu vestibulärer Migräne vor, in dem er auf das Angst- und Stressmanagement eingeht mit einem atemtherapeutischen Ansatz. Zuerst lässt er die Zuhörer:innen eine Atembewusstseinsübung durchführen. Anschliessend erklärt er den Stressmechanismus, setzt den Fokus auf die Atmung und zeigt auf, wie sich diese unter Stress verändert. Der Physiotherapeut zeigt die Unterschiede der akuten sowie chronischen Hyperventilation auf. Er stellt den Nijmegen-Fragebogen sowie die BOLT-Diagnostik auf. Die BOLT-Diagnostik erklärt er den Teilnehmenden mittels Eigenerfahrung. Anschliessend stellt er verschiedene Atemübungen vor, mit dem Ziel, den BOLT-Wert erhöhen zu können. Er zeigt mit diesen Atemtechniken auf, dass für viele Betroffene wieder ein Gefühl von Vertrauen im eigenen Körper entstehen könne, etwas, das im Verlauf einer vestibulären Migräne verloren gehen könne.

Der zweite Workshop mit Heike Kubat, mit dem Thema «vestibuläre Migräne- ein übersehenes Krankheitsbild in der Physiotherapie?» folgt. Die Physiotherapeutin geht auf visuell induzierten Schwindel bei Kindern ein und zeigt auf, welche Aktivitäten bei ihnen Schwindel auslösen. Sie unterteilt Kopfschmerz-Patient:innen in drei Gruppen: primäre Kopfschmerzerkrankungen, sekundäre Kopf-SZ-Erkrankungen sowie schmerzhafte Läsionen der Hirnnerven und andere Gesichtsschmerzen. Sie zeigt die Unterschiede und Gemeinsamkeiten der Migräne mit Aura, der Migräne ohne Aura sowie der vestibulären Migräne, auf. Heike Kubat erklärt den Verlauf einer Migräneattacke inkl. Symptomen. Anschliessend präsentiert sie den Befundbogen, welche sie bei Patient:innen mit Kopfschmerzen einsetze. Sie geht auf die physiotherapeutischen Ansätze mit den vier Eckpfeilern «Entspannungsfähigkeit», «Trainingszustand», «Edukation» und «Belastbarkeit/ Funktionsfähigkeit der Systembereiche» ein. Zum Schluss zeigt sie ein Fallbeispiel.

Nach einer ¾-stündigen Mittagspause, bei der sich die Teilnehmenden bei einem Stehlunch stärken sowie austauschen können, geht es mit dem Referat von Stefan Schädler weiter.

Stefan Schädler ist Physiotherapeut FH, Kursleiter, Autor und führt eine eigene Schwindelpraxis in Sumiswald. Er stellt den Teilnehmenden die Leitlinien zu Morbus Menière vor. Der Referent stellt die Resultate zu den Aussagen vor, welche eine Empfehlung für die Praxis aufzeigen. Dies

beinhaltet unter anderem die Erstellung eines Audiogramms durch die Ärzte zur Diagnosestellung des M. Menières, die Aufklärung der Patient:innen über die Erkrankung, die begrenzte Verabreichung von Vestibularis-Suppressiva während eines Anfalles, die Anbietung einer vestibulären Rehabilitation/physikalischen Therapie bei interiktaler Instabilität und nach ablativer Therapie. Auch die Information zu Hörhilfsmitteln, keine Verschreibung von Überdrucktherapie und keine vestibuläre Rehabilitation/physikalische Therapie zur Behandlung von Anfällen seien wichtige Punkte, die einzuhalten seien. Zudem gebe es keine Evidenz für Ernährungsempfehlungen, Betahistin und Diuretika, obwohl diese oft empfohlen werden.

Stefan Schädler stellt die nächste Referentin, Katja Kneip, vor. Sie ist Initiantin der Selbsthilfegruppe M. Menière in Aarau und Anlaufstelle M. Menière in Sirnach und ist selbst an M. Menière erkrankt.

Sie zeigt auf, mit welchen Ängsten, die Betroffenen durch den Alltag gehen und wieviel Mut sie dazu brauchen würden. Sie erzählt von ihrem Leben mit M. Menière und zeigt viele Beispiele auf von Aussagen von Betroffenen oder Fachpersonen. Sie stellt die Selbsthilfegruppe vor, zeigt, wie diese funktioniere und erklärt, wieso diese Betroffenen helfe und diese stärke.

Es folgt eine 30minütige Pause in den Physioräumlichkeiten, wo Getränke/Früchte sowie auch leckere Kuchen angeboten wird. An dieser Stelle nochmals herzlichen Dank allen Kuchenbäckerinnen- und Kuchenbäckern!

Es folgen zwei Workshops, von Dr. phil. Irena Pjanic und Stefan Schädler.

Dr. phil. Irena Pjanic ist Leitende Psychologin, Fachpsychologin Psychotherapie FSP am Inselspital in Bern. Sie stellt den Schwindel aus psychosomatischer und psychotherapeutischer Sicht vor. Die Basis sei die Verhaltenstherapie. Wichtig sei es, die Patient:innen dort abzuholen, wo sie aktuell stehen würden. Sie zeigt das verhaltenstherapeutische Störungsmodell auf. Die Psychologin erklärt, wie der Körper auf Angst reagiert und wie der Umgang mit Erwartungsangst ist. Dabei führt sie mit den Teilnehmenden die Übung mit der Zitrone als Eigenerfahrung durch, wobei sich die Zuhörer:innen mit geschlossenen Augen das genaue Aussehen eine Zitrone vorstellen müssen und wie sie darauf beissen würden. Essenziell für eine gute Therapie sei die Gesprächsführung inkl. aktivem Zuhören, Empathie, Akzeptanz und Kongruenz. Sie zeigt den Physiotherapeut:innen, wann Patient:innen unbedingt psychologische/psychiatrische Unterstützung brauchen. Dies sei bei Angst- und Panikstörungen, Depressionen sowie Hinweise auf einen Traumahintergrund, der Fall.

Der letzte Workshop wird von Stefan Schädler geleitet. Dabei geht es um den Langzeiteffekt einer Behandlung des M. sternocleidomastoideus auf die Anfallshäufigkeit bei M. Menière. Er berichtet von Schlüsselerlebnissen mit Patient:innen, die Symptome im Stirn- und Ohrenbereich hätten. Bei diesen Patient:innen behandelte er, nebst einer befundbasierten Therapie und begleitenden Massnahmen, konsequent den M. sternocleidomastoideus. Er

zeigte die positiven Ergebnisse, dass die Patient:innen eine deutliche Abnahme der Symptome zeigen sowie die Anfälle nach einigen Sitzungen nicht mehr auftraten. In einem Follwo-up bei 5 Patienten nach 2.8 Jahren waren alle anfallsfrei. Er zeigt die Behandlungsmassnahmen der oben erwähnten Muskulatur an einer Teilnehmerin vor.

Die Teilnehmenden treffen sich nochmals alle zusammen. Maya Kündig dankt allen Beteiligten für den gelungenen Tag, wirbt fürs Best-Practice im März im USZ Zürich mit anschliessender GV der Fachgruppe Schwindel- und Gleichgewichtsstörungen. Zudem erwähnt sie die Frühjahrsversammlung der SGORL am 11./12. Juni 2026 in Bern, wobei die Mitglieder der Fachgruppe einen ermässigten Tarif hätten. Sie macht nochmals Werbung für die Mitgliedschaft der Fachgruppe Schwindel und Gleichgewichtsstörungen.