

@U[Yfi b[ghU]b]b['bUW 'GYa cbh

Linker posteriorer Bogengang

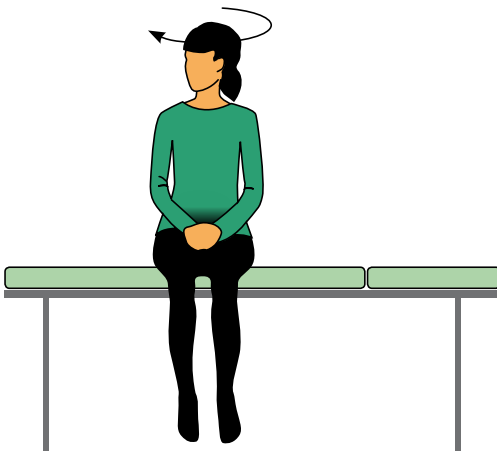
HNO - Gemeinschaftspraxis

Dr. Geertz - Dr. Tausch-Treml

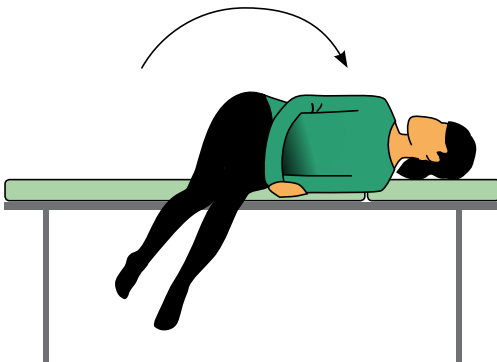
Dr. Urzendowski - Dr. Schölzel

Bergmannstr. 5

10961 Berlin

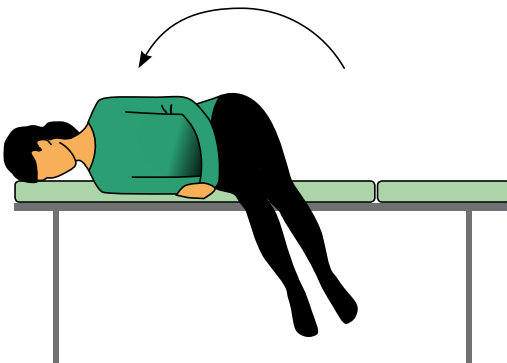


I. Drehen des Kopfes um 45° nach rechts.



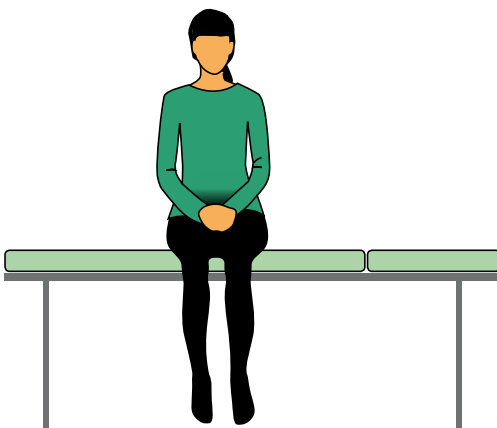
II. Lagerung auf die linke Seite mit weiterhin um 45° gedrehten Kopf. Blick nach oben gerichtet.

Bei dieser Lagerung Auftreten von Drehschwindel. Beibehalten dieser Position für mindestens 2-3 Minuten.



III. Rasche, schwungvolle Lagerung auf die Gegenseite. Blick nach unten zur Liege gerichtet.

Beibehalten der Position für mindestens 2-3 Minuten.

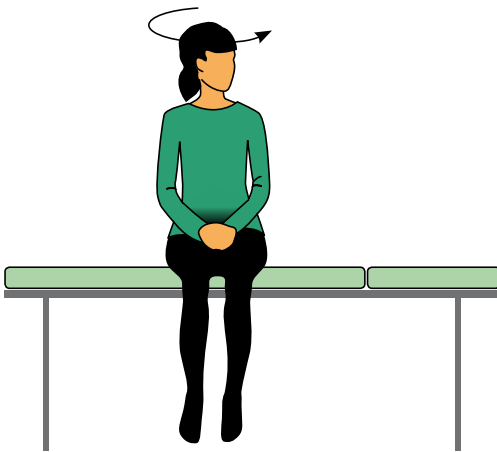


IV. Langsames Wiederaufrichten in sitzende Position.

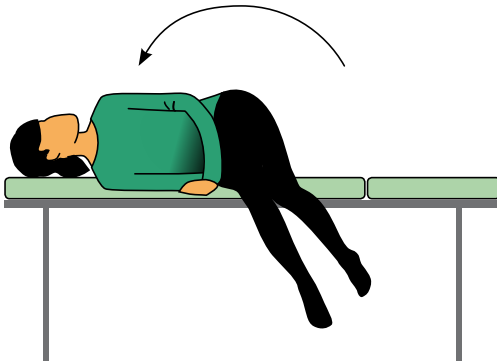
Die Übungen sollte mehrmals nacheinander, mehrfach täglich bis zur Beschwerdefreiheit durchgeführt werden.

@_ Yfi b[glfU]b]b['bUW 'GYa cbh
Rechter posteriorer Bogengang

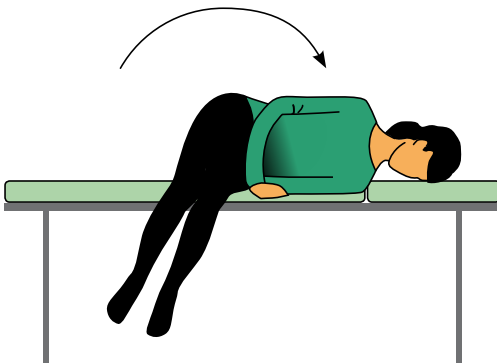
HNO - Gemeinschaftspraxis
Dr. Geertz - Dr. Tausch-Treml
Dr. Urzendowski - Dr. Schölzel
Bergmannstr. 5
10961 Berlin



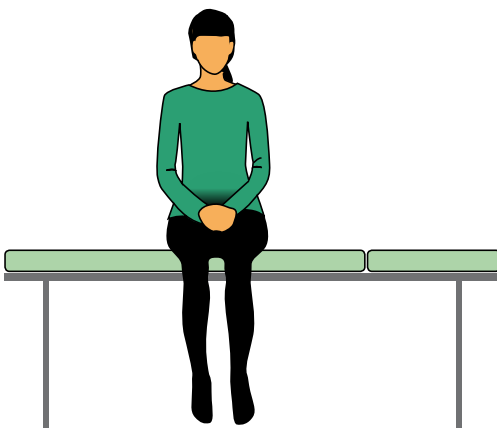
I. Drehen des Kopfes um 45° nach links.



II. Lagerung auf die rechte Seite mit weiterhin um 45° gedrehten Kopf. Blick nach oben gerichtet.
Bei dieser Lagerung Auftreten von Drehschwindel. Beibehalten dieser Position für mindestens 2-3 Minuten.



III. Rasche, schwungvolle Lagerung auf die Gegenseite. Blick nach unten zur Liege gerichtet.
Beibehalten der Position für mindestens 2-3 Minuten.



IV. Langsames Wiederaufrichten in sitzende Position.

Die Übungen sollte mehrmals nacheinander, mehrfach täglich bis zur Beschwerdefreiheit durchgeführt werden.