



Patientinformation

Persisterande postural perceptuell yrsel (PPPY)

PPPY är den internationellt vedertagna beteckningen för den typ av yrsel som tidigare kallades för funktionell yrsel, fobisk yrsel, kronisk subjektiv yrsel, visuell vertigo eller spänningsyrsel. Persisterande innebär att yrseln ska ha funnits länge, dvs längre än 3 månader. Postural innebär att yrseln är värst i stående. Perceptuell innebär att man upplever sig yr och ostadig utan att någon störd balansfunktion kan uppmätas.

PPPY är yrsel som inte kan förklaras av någon underliggande skada i balanssystemet. Yrselns karaktär är av ostadighetstyp och man har en rädsla för att tappa balansen och falla när man går eller står. Dock ovanligt att man faktiskt har fallit. Det finns ofta en oro för att andra ska tro att man är berusad. Kan också förekomma korta attacker av intensiv yrsel och kraftigt obehag. Förvärras ofta av platser med mycket intryck såsom torg, affärer, broar eller folksamlingar.

PPPY uppstår ofta som ett följdillstånd efter en fysiologisk yrsel såsom BPPY eller vestibularisneurit. Ibland är PPPY en del i en ångest- eller depressionssjukdom. Vi vet inte den exakta kopplingen men klart är att det vestibulära systemet har starka kopplingar till det limbiska systemet, det vill säga området som svarar för vårt känsloliv.

PPPY är efter godartad lägesyrsel (BPPY) den vanligaste yrseldiagnosen. Den drabbar människor i arbetsför ålder och oftare ansvarskännande personer som har stort behov av kontroll i tillvaron.

För att behandla PPPY måste först en noggrann utredning och kartläggning utföras. Allvarlig sjukdom behöver uteslutas för att lindra oro och yrsel.

För att minska rörelserädsla och yrsel behöver man träna KBT-inriktat med att exponera sig gradvis för det som framkallar yrsel. Det kallas habitueringsträning och innebär att man utför de rörelser som framkallar yrsel som exempelvis gå längs en trottoar och/eller utföra blick- och huvudrörelser. Alternativt övar på att vistas på de platser som framkallar yrsel såsom varuhus, rulltrappan i köpcentrat etcetera. Man kan få hjälp av en fysioterapeut och/eller psykolog med detta.

Medicinsk behandling med SSRI-preparat har ofta en god effekt vid PPPY och det är då distriktsläkaren som ordinerar den behandlingen. Det kan ske i samråd med ÖNH-läkare om patienten varit remitterad till ÖNH-mottagning.