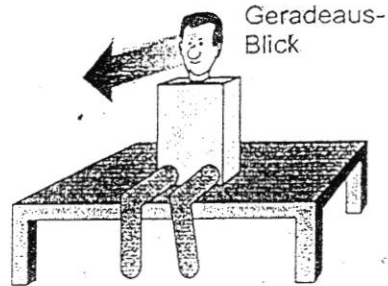


# Otolithen-Lagerungstraining

nach Brandt und Daroff

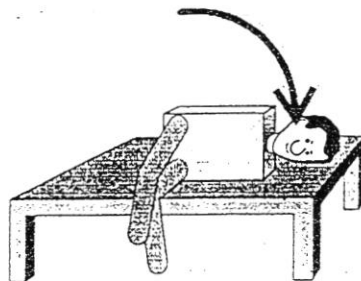
Allgemeines: - Wiederholung 3-mal täglich  
- Pro Trainingssitzung fünf Durchgänge

## 1. Schritt



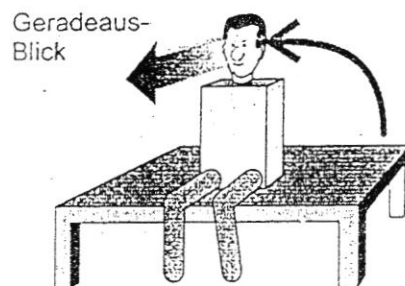
- Patient sitzt aufrecht
- der Kopf ist in Bezug zur Körperachse nicht verdreht (Blick frei gerade aus)

## 2. Schritt



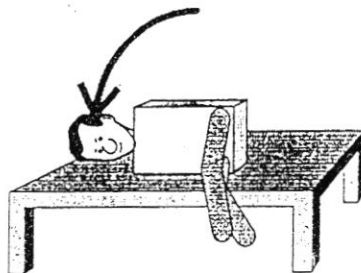
- Patient schnell horizontal zur erkrankten Seite lagern
- Kopfhaltung nach Schritt 1 beibehalten; die betroffene Seite zeigt nach unten
- Verweildauer: 30 Sekunden

## 3. Schritt



- Patient aufsetzen
- die Kopfhaltung nach Schritt 1 wird weiterhin beibehalten; Blick frei gerade aus
- Verweildauer: 30 Sekunden

## 4. Schritt



- Patient schnell zur gesunden Seite horizontal lagern
- Kopfhaltung nach Schritt 1 beibehalten
- Verweildauer: 30 Sekunden

## 5. Schritt



- Patient aufsetzen
- Verweildauer: 30 Sekunden