INFORMACIÓ PER A PACIENTS

EXERCICIS DE BRANDT-DAROFF

Per tractar el vertigen paroxístic posicional benigne

Indicacions:

- Realitzar 10 cops al matí i 10 cops al vespre durant 2 setmanes.
- Mantenir-se 30 segons a cada posició.
- És normal sentir mareig realitzant els exercicis, l'objectiu és que la sensació vagi disminuïnt cada cop que es fan.

Consulta el vídeo

FUNDACIÓ HOSPITAL DE l'Esperit Sant