

PATIËNTEN
INFORMATIE

Logopedie bij stemproblemen

**MAASSTAD
ZIEKENHUIS**

een santeon ziekenhuis



Door middel van deze informatiefolder wil het Maasstad ziekenhuis u informeren over logopedie bij stemproblemen. Wij adviseren u deze informatie zorgvuldig te lezen.

Wat is logopedie?

Logopedie houdt zich bezig met gehoor, eten, drinken, stem, taal, spraak en andere communicatieproblematiek.

Stemproblemen kunnen acuut of geleidelijk ontstaan en zijn van invloed zijn op de manier van communiceren. Een stemprobleem kan uitgroeien tot een stemstoornis. Bij een stemstoornis is er een afwijkende klank van de stem aanwezig. Een stemstoornis kan zowel door organische als niet-organische (functionele) afwijkingen veroorzaakt worden.

De stem is het geluid dat ontstaat wanneer lucht in trilling wordt gebracht door de stembanden die zich in het strottenhoofd bevinden. De stembanden zijn twee symmetrische lipvormige witte plooien, samengesteld uit spier- en bindweefsel, bekleed met slijmvlies. Stembanden worden daarom ook wel stemplooien genoemd. Tijdens het ademen staan de stemplooien van elkaar. Het openen en sluiten van de stemplooien gebeurt door verandering van de luchtdruk. Zo ontstaat trilling die effect heeft op de luchtstroom - er ontstaat geluid. Door met minder of meer kracht uit te ademen en door de spieren van de stemplooien losser of strakker te spannen, wordt de luidheid en de toonhoogte beïnvloed.

De mond-, neus- en keelholte (het aanzetstuk) zorgen voor resonantie en klankvorming.

Behalve naar een stem luisteren, kunnen we er ook naar kijken. Dit doen bijvoorbeeld KNO-artsen of foniaters, om afwijkingen op te sporen wanneer er stemklachten zijn.

Met behulp van een laryngoscoop kijken zij naar de stemplooien (stembanden) zelf. Ook wordt gekeken naar de stemplooitrillingen.

Door met stroboscopisch licht snelle lichtflitsen op de stemplooien af

te sturen, kan uit deze losse beelden een vertraagde beweging van de stemplooiranden worden opgebouwd.

Aan de hand van deze vertraagde beweging beoordeelt de KNO-arts/foniater of de stemplooien soepel en symmetrisch trillen en ook of ze goed sluiten.

Organische stemstoornissen

- Stemplooi knobbeltjes zijn kleine zwellingen van het slijmvlies. De knobbeltjes zijn een soort eeltvorming als gevolg van bepaalde vormen van verkeerd stemgebruik.
- Een stemplooi poliep is een gladde, bolvormige, meestal rode zwelling op de vrije rand van de stemplooi. Dit kan ontstaan door een combinatie van ontstekingen in de luchtwegen en stemmisbruik.
- Een stembandcyste is een blaasje met vocht, dat direct onder de oppervlakte van de stemband ligt.
- Bij het Reinke-oedeem zijn meestal beide stemplooien gezwollen over bijna de hele lengte van de stemplooirand. Dit wordt veroorzaakt door vochtophoping in de 'ruimte van Reinke', vaak als gevolg van roken en stemmisbruik.
- Laryngitis is een ontstekingsreactie die uitgaat van het slijmvlies dat de stemplooien bedekt. Dit kan ontstaan door allerlei schadelijke invloeden. De ontsteking kan acuut of chronisch zijn.
- Bij een stembandverlamming staat één van de stembanden stil. Door verstoring van de functie van de stembandzenuw kan de beweeglijkheid van de stemband verminderen.
- Granulomen zijn witte zwellingen op het achterste deel van de stemplooien. De afwijkingen kunnen zowel enkel- als dubbelzijdig aanwezig zijn.
- Een carcinoom (kanker) is een woekering van kwaadaardige afwijkende cellen. Bij een klein carcinoom zien de stemplooien er meestal onregelmatig uit met wit of rood verkleurde verdikkingen.

Wat doet de logopedist bij een organische stemstoornis?

Veel organische stemstoornissen moeten chirurgisch behandeld worden, zoals een cyste, of poliep op de stemplooi. Andere stemstoornissen, zoals stemplooi knobbeltjes of oedeem, kunnen veroorzaakt worden door verkeerd of overmatig stemgebruik of door roken. De logopedist geeft stemhygiënische adviezen en/of stemtherapie. Als er een operatie aan de stemplooien heeft plaatsgevonden, leert de logopedist u de restkwaliteit van de stem door middel van oefeningen en stemtechnieken zo goed mogelijk te benutten.

Niet-organische stemstoornissen

De groep niet organische stemstoornissen bestaat uit functionele en psychogene stoornissen.

Functionele stemstoornissen

Een stemstoornis is functioneel wanneer er geen organische afwijking aanwezig is. Niet elk strottenhoofd is hetzelfde en niet met alle stemplooien kun je alles bereiken. De mogelijkheden van een stem hangen nauw samen met de anatomie en de bouw van het strottenhoofd. Een in aanleg zwak gebouwd strottenhoofd maakt dat de stem weinig belastbaar is.

Een oorzaak van een functionele stemstoornis kan een onjuist stemgebruik zijn door bijvoorbeeld een slechte coördinatie van adem en stemgeven. Ook door langdurig of intensief stemgebruik kan de kwaliteit van de stem verminderen waardoor mogelijk compensatiemechanismen in werking worden gesteld. Deze stemstoornissen beginnen meestal sluipend en verergeren bij stembelasting.

Psychogene stemstoornissen

Een stemstoornis is psychogeen wanneer in de voorgeschiedenis een duidelijke relatie is tussen het ontstaan van de aandoening en psychosociale stressfactoren, emoties en/of psychische conflicten. Vaak blijft de oorzaak onbekend. De psychogene stemstoornis kan zich o.a.

uiten in een stemloosheid (afonie) of een heesheid (dysfonie).

Wat doet de logopedist bij een niet-organische stemstoornis?

De behandeling door de logopedist kan bestaan uit advisering over het stemgebruik, het aanleren van een juiste ademtechniek, koppeling van adem en stem en het onder controle houden van toonhoogte en volume.

Adviezen om de stemproblemen te verminderen

- Door de neus ademen zorgt ervoor dat koude, vuile en soms droge lucht eerst door de neus kan worden verwarmd, gezuiverd en bevochtigd. Er is zo minder kans op infecties in de neus en keel.
- Probeer hoesten, kuchen en keelschrapen te voorkomen, omdat de stembanden dan met kracht tegen elkaar slaan. De stembanden raken gezwollen en worden rood, de keel raakt nog erger geïrriteerd. Zo blijft u kuchen.
- Slik of drink een slokje water bij irritatie in de keel.
- Hoest met zo veel mogelijk lucht en zo min mogelijk geluid.
- Vermijd spreken in een lawaaiige omgeving, omdat u dan ongemerkt harder gaat spreken.
- Schreeuwen, gillen of krijsen maken dat u meer kracht gebruikt dan uw stembanden kunnen verdragen. Probeer dit te voorkomen door naar degene die u wilt bereiken toe te lopen.
- Fluisteren werkt voor de keel meer overbelastend dan zachtjes spreken.
- Vermijd rook: tabaksrook bevat voor de luchtweg prikkelende en schadelijke stoffen.
- De alcohol dampen in sterke drank kunnen de slijmvliezen in uw keel irriteren.
- Let op bij het gebruik van schoonmaakmiddelen. Bijvoorbeeld chloor en ammoniak kunnen uw slijmvliezen prikkelen.
- Spreek niet te lang door op één adem. Als u regelmatig adempauzes neemt komt dit uw stembandfunctie ten goede.

Verwijzing naar een logopedist

U heeft een verwijzing nodig van een specialist (bijvoorbeeld neuroloog of revalidatiearts) of de huisarts. Afhankelijk van uw ziektekostenverzekering kunt u ook zonder verwijzing een afspraak maken.

Vragen

Als u na het lezen van deze folder nog vragen heeft, stelt u ze gerust aan uw behandelend arts, huisarts of logopedist.



De informatie in deze folder is belangrijk voor u. Als u moeite heeft met de Nederlandse taal, zorg dan dat u deze folder samen met iemand leest die de informatie voor u vertaalt of uitlegt.

The information in this brochure is important for you. If you have any difficulties understanding Dutch, please read this brochure together with somebody who can translate or explain the information to you.

Bu broşürdeki bilgi sizin için önemlidir. Hollandaca dilde zorlanıyorsanız, bu broşürü size tercüme edecek ya da açıklayacak biriyle birlikte okuyun.

Informacje zawarte w tym folderze są ważne dla Państwa. Jeśli język niderlandzki sprawia Państwu trudność, postarajcie się przeczytać informacje zawarte w tym folderze z kimś, kto może Państwu je przetłumaczyć lub objaśnić.

المعلومات المتواجدة في هذا المنشور مهمة بالنسبة لكم. إذا كنتم تواجهون صعوبة في اللغة الهولندية،
إحرصوا حينئذ على أن تقرأوا هذا المنشور بحضور شخص ما، الذي يترجم لك المعلومات الواردة فيه
أو بشرحها لكم.

Maasstad Ziekenhuis
Maasstadweg 21
3079 DZ Rotterdam

T: (010) 291 19 11

I: www.maasstadziekenhuis.nl / www.maasnik.nl (kinderwebsite)

I: www.maasstadziekenhuis.nl/mijn (patiëntenportaal)

