



Stembandklachten

Inleiding

U bent doorgestuurd naar de Keel- Neus- en Oorarts vanwege stembandklachten, waarover u in deze folder meer kunt lezen.

Het betreft een algemene folder als aanvulling op uw gesprek met de arts.

Hoe belangrijk is spreken?

Spreken is bij mensen de meeste gebruikte vorm van communicatie. Er zijn veel beroepen waarbij mensen hun stem vaak gebruiken, zoals in het onderwijs. Door stemproblemen kunt u in uw spreken gehinderd worden. En dus ook in uw functioneren.

In uw stem kunt u behalve de inhoud ook emotie meegeven. U kunt bijvoorbeeld dezelfde zin koel en afstandelijk, of warm en hartelijk uitspreken. Als uw stem een ander geluid geeft dan u wilt, kan dat een verkeerde indruk van uw stemming geven.

Hoe maakt u geluid?

Geluid ontstaat in het strottenhoofd. U kunt dat in de hals zien als adamsappel. Het strottenhoofd vormt de verbinding tussen de luchtpijp en de keelholte. In het strottenhoofd liggen de stembanden. Dit zijn twee elastische banden die door spieren naar elkaar gebracht kunnen worden. Deze sluiten zo de luchtpijp. Door de uitgedemde lucht trillen de stembanden. Deze stembandtrillingen veroorzaken het geluid. Het stemgeluid wordt omgezet in verschillende klanken door bewegingen van de lippen, tong, gehemelte en keel.

Heeft u stemstoornissen?

Wanneer u afwijkingen aan uw stembanden heeft, heeft dit invloed op de trilling van de stembanden. Dit heeft weer gevolg voor het geluid dat er gemaakt wordt. U kunt hees of schor zijn.

Welke soorten stemstoornissen zijn er?

- *Infectie*

Iedereen is wel eens hees bij een verkoudheid. Dit komt door een ontsteking. Vaak ontstaan deze ontstekingen door virussen en genezen vanzelf. Dit geldt meestal ook als ze zijn veroorzaakt door bacteriën. Wanneer u veel last heeft van de ontsteking moeten we soms medicijnen voorschrijven.

- *Irritatie*

Uw stembanden kunnen geïrriteerd zijn door prikkelende gassen/dampen en van roken. In andere gevallen kan er sprake zijn van allergie. Als u uw stem verkeerd gebruikt kunnen de stembanden ook gaan irriteren.

- *Verlamming*

Het kan zijn dat uw stembanden verlamd zijn. Ze kunnen dan niet meer goed naar elkaar gebracht worden. U stem klinkt dan hees. Meestal kan de verlamming genezen. Het hangt af van de oorzaak. Als uw stembanden niet herstellen dan kan de logopedist proberen uw stem door middel van oefeningen te verbeteren. In sommige gevallen wordt een operatie uitgevoerd.



- *Zwelling*

Er bestaan verschillende goedaardige zwellingen van de stembanden, zoals poliepen. Uw stem verbetert vaak door de stembandpoliep operatief te verwijderen.

- *Kwaadaardige afwijking*

Heesheid kan ook komen door een kwaadaardige afwijking (kanker) van de stembanden.

Dit komt gelukkig niet veel voor. Het vooral voor bij oudere mensen die al jarenlang roken. In een vroeg stadium kan dit meestal goed worden genezen.

- *Verkeerd stemgebruik*

Het is ook mogelijk dat we geen afwijkingen aan de stembanden kunnen vinden. Uw stem kan dan slecht klinken doordat u uw stem niet goed gebruikt tijdens het praten. De reden hiervan is niet altijd te achterhalen. Soms sluiten de stembanden na een stembandinfectie niet goed.

- *Lichamelijke conditie*

Bij vermoeidheid wordt de stem misschien niet krachtig genoeg gebruikt. Emoties kunnen ook een oorzaak van verkeerd stemgebruik zijn. Ook ouderdom kan invloed hebben op de kwaliteit van de stem. Het komt echter vaak voor dat we geen duidelijke oorzaak vinden.

Wat zijn de gevolgen van verkeerd stemgebruik?

Door verkeerd stemgebruik kunnen op den duur wel afwijkingen op uw stembanden ontstaan. Een voorbeeld hiervan zijn stembandknobbels. Deze zijn vaak het gevolg van verkeerd stemgebruik en een zwakke aanleg. Een ander voorbeeld zijn poliepen, deze kunnen ontstaan door plotselinge overbelasting. In deze situatie pakken we natuurlijk eerst het verkeerd gebruik van de stem aan.

Wat kunt u zelf doen bij stemproblemen?

- Niet roken, dit is altijd slecht voor de stembanden.
- Door uw neus ademen en voldoende drinken. Als het slijmvlies uitdroogt, is het kwetsbaar.
- De stem niet forceren, wanneer u flink verkouden bent.
- Niet kuchen, schrapen, fluisteren en schreeuwen.
- Rustig spreken. Als u te gehaast bent, heeft u geen tijd om uw stembanden op de juiste manier te gebruiken.

Welk onderzoek doet een KNO-arts?

Uw KNO-arts onderzoekt hoe uw stembanden er uitzien. Bij het eerste onderzoek gebeurt dit door middel van een spiegelkje of een fiberscoop.

Keelspiegelen

Nadat de mond zover mogelijk is geopend heeft en de tong zover mogelijk wordt uitgestoken wordt deze door de Keel- Neus en Oorarts met een gaasje vast gehouden. Een verwarmd spiegelkje wordt vervolgens in de keel gebracht en met het licht van de voorhoofdlamp onderzoekt de KNO- arts uw keel en strottenhoofd. Blijf tijdens dit onderzoek rustig ademen en probeer een eventuele kokhalsreflex te onderdrukken. U hoeft niet bang te zijn dat u te weinig lucht naar binnen krijgt want er is ruimte genoeg om te ademen terwijl het spiegelkje in de keel is.

Op verzoek van de KNO-arts moet u "iiiiii" zeggen Houdt dit een aantal tellen aan. Het gaat om de functie van de stembanden te beoordelen en niet om het geproduceerde stemgeluid. Meestal lukt het zo het strottenklepje, de stembanden en de ingang van de slokdarm goed te bekijken. Indien u op verzoek "hè, hè" zegt, kan ook de beweeglijkheid van de stembanden worden onderzocht. Dit onderzoek vindt plaats bij het eerste bezoek aan de KNO-arts en duurt enkele minuten.



Fiberscopie

Bij sommige mensen is de neiging te kokhalzen tijdens het onderzoek met de keelspiegel zo sterk, dat op een andere wijze moet worden gekeken. Er wordt dan gebruik gemaakt van een kleine fiberscoop (laryngoscoop). Dit is een buigzaam kijkertje van fiberglas in de vorm van een slang met een dikte van 4 mm. Na eventueel verdoven van de neus- en keelholte met een spray wordt de fiberscoop via de neus opgeschoven tot voorbij het zachte gehemelte. Op deze wijze kan de keel en het strottenhoofd goed zichtbaar worden gemaakt. Over het algemeen verloopt dit onderzoek eenvoudiger voor u dan het onderzoek met een spiegelkje.

Het onderzoek van de slokdarm met behulp van een fiberscoop (oesophagoscoop) is uitgebreider. De keel en slokdarm wordt met een vloeistof verdoofd waarna een slang met een dikte van 9 mm via de mond in de slokdarm wordt opgeschoven. Dit onderzoek vindt poliklinisch plaats en duurt inclusief verdoving 30 minuten. N.B. Als de neus- en keelholte is verdoofd moet u zeker een uur wachten met eten en drinken. Dit om te voorkomen dat u zich verslikt.

Logopedisch onderzoek

De arts kan u ook naar de logopedist(e) doorverwijzen. Deze is deskundig op het gebied van de stem en kan bij keelklachten door foutief stemgebruik hulp bieden. Dit is vooral van belang bij beroepen waar men van de stem afhankelijk is. De logopedist(e) verricht onderzoek, geeft adviezen of gaat over tot logopedische behandeling. Hierbij wordt aandacht gegeven aan lichaamshouding, ademhaling en aan een ontspannen manier van stemgebruik. Afhankelijk van de onderzoeksbevindingen wordt de oorzaak van de klachten met u besproken en kan een behandelplan worden opgesteld.

Behandeling

In enkele gevallen kan verkeerd stemgebruik leiden tot het ontstaan van afwijkingen van de stembanden, bijvoorbeeld stembandknobbels. In een dergelijke situatie moet natuurlijk de oorzaak van de knobbels, namelijk het verkeerde gebruik van de stem, worden weggenomen. Wanneer dit gebeurt, verdwijnen de knobbels vaak vanzelf. Logopedie is hierbij wel noodzakelijk. Eventueel kan de arts de stembandknobbels operatief verwijderen.

Vragen

Hebt u nog vragen of wilt u meer informatie, aarzelt u dan niet om contact op te nemen met uw KNO-arts. U kunt ons bereiken op werkdagen op telefoonnummer 0543 54 45 00.

Geheimhouding en recht op privacy

Alle medewerkers van ons ziekenhuis hebben een geheimhoudingsplicht. Verder heeft u als patiënt recht op privacy. Uitgebreide informatie hierover kunt u vinden in de folder 'De rechten en plichten van de patiënt'. Deze is verkrijgbaar op de afdeling en bij de patiënteninformatie in de centrale hal. Daarnaast is deze folder te vinden op: www.skbwinterswijk.nl

De tekst in deze folder is grotendeels ontleend aan de Nederlandse Vereniging voor Keel-Neus-Oorheelkunde en Heelkunde van het Hoofd-Halsgebied.