

# Stemproblemen

U heeft last van stemproblemen en bent verwezen naar het stempreekuur. In deze folder leest u meer hierover.



Rijnstate

**Neem altijd uw  
verzekeringsgegevens  
en identiteitsbewijs mee!**

## Hoe belangrijk is spreken?

Spreken is bij mensen het meest gebruikte communicatiemiddel. In veel beroepen moeten mensen hun stem vaak gebruiken, bijvoorbeeld in het onderwijs en in de horeca. Bij stemproblemen kunt u in uw spreken en dus in uw functioneren belemmerd worden.

## Hoe maakt u geluid?

Geluid ontstaat in het strottenhoofd (ter hoogte van de adamsappel) tussen de luchtpijp en de keelholte. In het strottenhoofd liggen de stembanden. Dit zijn twee plooiën die door spieren naar elkaar gebracht kunnen worden en zo de luchtpijp afsluiten. Als de stembanden tegen elkaar gehouden worden, kan uitgedemde lucht hen in trilling brengen. Deze stembandtrilling veroorzaakt het geluid dat te horen is. Door de spanning in de stembanden te wijzigen, verandert de toonhoogte van het geluid. Spierbewegingen zorgen voor deze spanningsverandering. Om te spreken gebruikt u niet alleen uw strottenhoofd. Door uw lippen, tong, gehemelte en keel te bewegen zet u het stemgeluid om in verschillende klanken.

## Stemstoornissen

Als er afwijkingen aan de stembanden zijn, beïnvloeden deze de trilling van de stembanden en dus het geluid dat u maakt. Meestal merkt u dit omdat u hees of schor bent.

## **Infectie**

De meest voorkomende aandoening is een ontsteking. Iedereen is wel eens hees bij een verkoudheid. Vaak worden de infecties veroorzaakt door virussen en genezen ze vanzelf. Ook als er een bacteriële infectie is, is dit vaak het geval. Bij ernstige of chronische infecties kan het nodig zijn om medicijnen te gebruiken. Eventueel zoekt de KNO-arts naar een mogelijke infectiebron, bijvoorbeeld in de neusbijholten.

## **Stembandirritatie**

Irritatie van de stembanden kan het gevolg zijn van roken, maagzuur, misbruik van de stem (zoals hard of lang praten, schreeuwen), blootstelling aan irriterende gassen/dampen, of in een enkel geval van allergie.

## **Verlamming**

Als de stembanden door een verlamming niet goed sluiten, klinkt de stem hees. Soms geneest een stembandverlamming. Dit is afhankelijk van de oorzaak. De KNO-arts probeert de oorzaak van de verlamming te vinden. Herstelt de verlamming zich niet, dan kan de stem vaak verbeterd worden door oefeningen (logopedische therapie). Zo nodig kan een operatie worden uitgevoerd.

## **Zwelling**

Er bestaan verschillende goedaardige zwellingen van de stembanden, zoals een goedaardige stembandpoliep. De stem is in deze gevallen vaak te verbeteren door de zwelling te verwijderen. Meestal vindt deze ingreep plaats onder narcose. Een ander voorbeeld van goedaardige zwellingen van de stembanden zijn de zogenaamde stembandknobbels, die kunnen ontstaan bij onjuist stemgebruik.

## **Verkeerd stemgebruik**

Het is ook mogelijk dat bij patiënten met stemproblemen géén afwijkingen aan de stembanden worden gevonden. De stem klinkt hees door het niet goed gebruiken van de stembanden tijdens het spreken. De reden hiervan is niet altijd te achterhalen.

## **Kanker**

Heesheid kan ook worden veroorzaakt door kanker van de stembanden. Deze vrij zeldzame aandoening kan in een vroeg stadium meestal goed worden genezen. In zo'n vroeg stadium heeft de behandeling ook nauwelijks gevolgen voor de stem. Hoe vroeger de diagnose wordt gesteld, hoe beter het is. Bij de minste twijfel wordt daarom een verdacht stukje weefsel van de stemband onder de microscoop onderzocht. Dit gebeurt tijdens een kleine ingreep onder narcose.

## **Lichamelijke conditie**

Uw lichamelijke conditie kan een rol spelen bij stemproblemen. Bij vermoeidheid wordt de stem niet krachtig genoeg gebruikt. Emoties kunnen ook een oorzaak van verkeerd stemgebruik zijn, bijvoorbeeld door een te hoge spierspanning.

## **Welk onderzoek doet een KNO-arts?**

Uw KNO-arts onderzoekt of u uw stembanden verkeerd gebruikt. Het onderzoek kan gedaan worden met een spiegeltje of een speciale kijker. Soms is nader onderzoek met een stroboscoop nodig. Dit apparaat produceert flitslicht, waardoor de stembandtrilling zichtbaar wordt.

## **Welk onderzoek doet de logopedist?**

De logopedist doet onderzoek naar de manier waarop u uw stem gebruikt en legt dit vast met speciale metingen (onder andere een fonetogram).

# Samenwerking KNO-arts en logopedist in het stemspreekuur

Komt u op het stemspreekuur, dan onderzoekt de KNO-arts uw stembanden en de logopedist doet objectief onderzoek naar de (on)mogelijkheden van uw stem. Afhankelijk van de resultaten hiervan kunt u verwezen worden naar de logopedist of bij de KNO-arts onder behandeling blijven.

## Wat zijn de gevolgen van verkeerd stemgebruik?

In enkele gevallen kan verkeerd stemgebruik leiden tot het ontstaan van afwijkingen van de stembanden, zoals stembandknobbels. In dat geval is het belangrijk om de oorzaak van het verkeerde stemgebruik weg te nemen. Hierbij is vaak hulp van de logopedist noodzakelijk. De knobbels verdwijnen daarna vrijwel altijd. Is het resultaat echter onvoldoende, dan kan de KNO-arts u uiteindelijk adviseren om de stembandknobbels operatief te verwijderen. Zo'n operatie wordt altijd weer gevolgd door een periode met logopedie.

## Wat kunt u zelf doen bij stemproblemen?

- Rook niet. Dit is altijd slecht voor de stembanden.
- Adem door uw neus en drink voldoende water of ander vocht. Als uw slijmvlies uitdroogt, is het namelijk kwetsbaar.
- Forceer uw stem niet als u flink verkouden bent.
- Zorg ervoor dat u niet kucht, uw keel schraapt, fluistert of schreeuwt.

# Wat gebeurt er bij een stembandoperatie?

Bij een onderzoek of ingreep onder narcose kunnen uw stembanden goed worden geïnspecteerd met een microscoop, door een kijkbuisje via de mond. Afwijkingen kunnen zo worden verwijderd en ingestuurd voor weefselonderzoek. Meestal gebeurt zo'n ingreep in dagverpleging. Het is geen pijnlijke ingreep. Wel kan de tong tijdelijk wat doof aanvoelen door de druk van de kijkbuis.

## **Logopedie**

Meestal krijgt u zowel vlak voor als aansluitend aan de operatie begeleiding van een ervaren logopedist. Na de operatie krijgt u vaak het advies om een paar dagen niet te praten. Daarna start u met de logopedist weer met spreken. In het begin is het raadzaam niet te veel en te lang te praten. De logopedist geeft aan wat de belasting mag zijn. Het volledige herstel van de stem na een stembandoperatie kan wel drie tot zes maanden duren.

## **Tandarts**

Ter bescherming van uw boventanden maakt de ziekenhuistandarts voor de operatie een speciaal mondbitje, dat u op de operatiedag moet meenemen. Als u losse tanden heeft, kunt u dit het beste van tevoren melden.

# Vragen?

Het is niet mogelijk om in deze folder alle details van stemproblemen bij volwassenen te beschrijven. Het kan zijn dat u ondanks de uitleg van uw KNO-arts nog vragen heeft of dat u meer informatie wilt. Aarzel dan niet contact op te nemen met uw KNO-arts voor nadere uitleg.

Polikliniek KNO 088 – 005 7780



Bij Rijnstate kunt u telefonisch en voor de meeste specialismen via [www.rijnstate.nl](http://www.rijnstate.nl) uw afspraak maken.

Rijnstate,  
uw ziekenhuis in de regio  
Arnhem, Rheden en De  
Liemers.

 @rijnstate

 [facebook.com/rijnstate](https://facebook.com/rijnstate)

**Rijnstate**

Postbus 9555

6800 TA Arnhem

T 088 - 005 8888

E [info@rijnstate.nl](mailto:info@rijnstate.nl)

[www.rijnstate.nl](http://www.rijnstate.nl)