

de keel- en stemklachten vaak geheel verdwijnen.

Het onderzoek en de behandeling van keelklachten bij intensief stemgebruik wordt als regel vergoed door de zorgverzekeraar. Controleer altijd uw polisvoorwaarden.



Keelklachten bij intensief stemgebruik

Logopedie



LOGOPEDIE | Kyra Schenk-van Rossum
Logopediste

Irisstraat 2-03
7471 AV Goor
0547-271942
b.g.g. 06-39428522

www.logopediegoor.nl

kyra@logopediegoor.nl

Wat zijn keelklachten bij intensief stemgebruik?

Als men in het dagelijks leven de stem intensief moet gebruiken bij spreken en zingen, kan dit keelpijn tot gevolg hebben.

Intensief stemgebruik vermoeit de keel. Die vermoeidheid kan zich over het hele lichaam uitbreiden, zodat men zich aan het einde van de dag soms doodpop voelt. Er kan een gevoel bestaan van een slijmpropje in de keel dat niet weggeslikt kan worden. De keel kan branderig, pijnlijk of dichtgesnoerd aanvoelen en is geïrriteerd. Ook bij veelvuldig keelschrapen en kuchen kunnen deze klachten voorkomen. Op zich kan iedereen deze keelklachten krijgen, bijvoorbeeld na een feest. Ze zijn dan van voorbijgaande aard. Als echter keelpijn na intensief stemgebruik regelmatig blijft voorkomen, .

kan men daarvan zoveel hinder ondervinden, dat de zin om te spreken afneemt

Bovendien kunnen mensen met een spreekberoep op den duur stemklachten ontwikkelen: ze worden hees en kunnen hun stem niet meer gebruiken zoals ze willen.



Wat doet de logopedist?

De logopedist is deskundig op het gebied van de stem en kan bij de genoemde keelklachten de nodige hulp bieden. De logopedist verricht onderzoek, stelt de logopedisch diagnose en maakt een behandelplan. In de behandeling zal aandacht gegeven worden aan de lichaamshouding als voorwaarde voor het goed stemgeven. Er zal gewerkt worden aan de ademhaling (adembeweging en ademritme) en aan een ontspannen manier van stemgeven. De logopedist beschikt hierbij over verschillende technieken en oefeningen. Ook stemsparende adviezen, ook stemhygiënische adviezen genoemd, zullen gegeven worden. Als men zich de aangereikte technieken eigen maakt en de stemsparende maatregelen ter harte neemt kunnen