

# Stemproblemen bij volwassenen



# Inhoud

Hoe maakt u geluid? .....	3
Stemstoornissen .....	3
Oorzaken .....	3
Ontsteking van de stembanden .....	3
Irritatie van de stembanden .....	4
Verlamming van de stemband(en) .....	4
Goedaardige zwellingen van de stembanden .....	4
Kanker van de stembanden .....	4
Verkeerd gebruik van de stembanden .....	5
Onderzoek bij stemproblemen .....	5
Na het onderzoek .....	6
Wat kunt u zelf doen bij stemproblemen? .....	6
Verhindert .....	6
Vragen .....	6
Contactgegevens .....	6

# Stemproblemen bij volwassenen

**Uw huisarts heeft u naar de KNO-arts doorverwezen vanwege problemen met uw stem. In deze folder leest u wat de KNO-arts met u bespreekt. Zo kunt u zich voorbereiden op het gesprek of na het gesprek alles nog eens nalezen.**

## Hoe maakt u geluid?

Geluid ontstaat in het strottenhoofd (adamsappel). In het strottenhoofd liggen de stembanden. Dit zijn twee plooiën die tijdens het spreken tijdelijk naar elkaar worden gebracht en zo de luchtpijp afsluiten. Als de stembanden tegen elkaar liggen, dan kunnen ze in trilling gebracht worden door uitgeademde lucht. Deze trilling veroorzaakt het geluid van onze stem. Door de spanning in de stembanden te veranderen, verandert de toonhoogte.

Het stemgeluid wordt daarna omgezet in verschillende klanken. Dit gebeurt door beweging van de lippen, de tong, het gehemelte en de keel.

## Stemstoornissen

Een stemstoornis uit zich meestal in een vorm van heesheid of schorheid. Hees is een niet helder stemgeluid, schor duidt een rauw geluid aan.

## Oorzaken

### Ontsteking van de stembanden

Dit is de meest voorkomende oorzaak van heesheid. Iedereen is wel eens hees bij een verkoudheid. Vaak wordt dit veroorzaakt door een virus of een bacterie en geneest meestal vanzelf. Bij ernstige of chronische infecties kan het nodig zijn dat de arts medicijnen voorschrijft. Eventueel wordt gezocht naar een mogelijke infectiebron, bijvoorbeeld in de neusbijholten.

## **Irritatie van de stembanden**

Dit kan het gevolg zijn van stemmisbruik, blootstelling aan irriterende gassen/dampen, roken of in een enkel geval van allergie. De stem klinkt dan vaak wat rauw.

## **Verlamming van de stemband(en)**

Als de stembanden verlamd zijn, kunnen ze niet goed tegen elkaar aan komen. Het stemgeluid is dan hees en zwak. Soms geneest een stembandverlamming. Dit is afhankelijk van de oorzaak. De arts zal deze oorzaak proberen te vinden. Als er geen herstel plaatsvindt, kan de stem vaak verbeterd worden door oefeningen logopedie. De logopedist leert u om uw stem beter te gebruiken met behulp van oefeningen. Als dat niet voldoende helpt, kan een operatie overwogen worden.

## **Goedaardige zwellingen van de stembanden**

De stem is in deze gevallen vaak te verbeteren door de zwelling, bijvoorbeeld een stembandpoliep, te verwijderen. Deze operatie vindt meestal onder narcose plaats. Een ander voorbeeld van goedaardige zwellingen van de stembanden zijn de stembandknobbels. Deze ontstaan door onjuist stemgebruik. Dan moet de oorzaak van de knobbels, namelijk het verkeerde gebruik van de stem, worden weggenomen. Vaak is hierbij hulp van een logopedist noodzakelijk. De knobbels verdwijnen dan vrijwel altijd. Als dat te weinig verbetering geeft, kan de arts adviseren om de stembandknobbels operatief te verwijderen. Na een operatie is altijd logopedie nodig.

## **Kanker van de stembanden**

Deze zeldzame aandoening geeft vaak een rauw stemgeluid en komt vooral voor bij oudere, rokende mannen. Deze ziekte kan in een vroeg stadium meestal goed worden genezen. Behandeling heeft in dat geval nauwelijks gevolgen voor de stem. Hoe eerder de diagnose wordt gesteld, hoe beter het is. Bij de minste twijfel wordt een verdacht stukje weefsel van de stemband onder de microscoop onderzocht. Dit gebeurt tijdens een operatie onder narcose.

## **Verkeerd gebruik van de stembanden**

Vaak wordt er bij patiënten met stemproblemen géén afwijking van de stembanden gevonden. Er is dan sprake van een functionele stemstoornis. Dit betekent dat de stembanden normaal zijn maar de functie niet. De reden hiervan is niet altijd te achterhalen. Vaak worden de stembanden te veel gespannen tijdens het spreken; dit kan komen doordat men tijdens een infectie de stembanden geen rust heeft gegeven door de stem weinig te gebruiken; de ontstoken stembanden moeten dan extra gespannen worden tijdens het spreken om toch voldoende geluid te maken. Soms blijven mensen de stembanden te veel aanspannen als de infectie al weer verdwenen is en dat geeft dan een hees geluid. Emoties kunnen ook leiden tot een te hoge spanning in de stembanden of soms ook juist een te lage spanning; in beide gevallen klinkt de stem hees.

Soms sluiten mensen na een stembandinfectie hun stembanden niet goed. Bijvoorbeeld omdat zij hun stembanden ooit 'ontzien' hebben tijdens een infectie. Anderen sluiten hun stembanden juist veel te krachtig omdat zij hun stem ooit tijdens een infectie hebben geforceerd. Emoties kunnen ook een oorzaak van verkeerd stemgebruik zijn, bijvoorbeeld door een te hoge spierspanning. Dat is meestal het geval als er geen duidelijke oorzaak wordt gevonden.

## **Onderzoek bij stemproblemen**

Om te zien of er sprake is van een afwijking, kan de KNO-arts de stembanden onderzoeken met een spiegelkje (keelspiegelen) dat in uw mond gehouden wordt. Als dit moeilijk gaat dan kunnen de stembanden ook worden bekeken met een dun slangetje (fiberscopie) dat via de neus in de keelholte wordt gebracht. Soms is onderzoek met een stroboscoop nodig. Dat apparaat produceert flitslicht, waardoor de stembandtrillingen zichtbaar gemaakt kunnen worden. Soms is onderzoek onder narcose nodig. Hierbij kan een stukje weefsel van de stemband worden weggenomen om onder de microscoop verder te onderzoeken.

## **Na het onderzoek**

Het is mogelijk dat u na het onderzoeken van de stembanden wordt doorverwezen naar een logopedist. De logopedist leert u om uw stem beter te gebruiken met behulp van oefeningen.

## **Wat kunt u zelf doen bij stemproblemen?**

- Rook niet, dit is slecht voor de stembanden;
- Adem door uw neus;
- Als uw slijmvlies uitdroogt, is het kwetsbaar. Drink daarom voldoende water of ander vocht;
- Forceer uw stem niet als u flink verkouden bent;
- Niet kuchen, schrapen, fluisteren of schreeuwen;
- Praat rustig. Als u gehaast spreekt heeft u geen tijd om uw stembanden op de juiste manier te gebruiken.

## **Verhinderd**

Kunt u uw afspraak niet nakomen, bel dan zo snel mogelijk de polikliniek KNO. Er kan dan nog een andere patiënt in uw plaats komen.

## **Vragen**

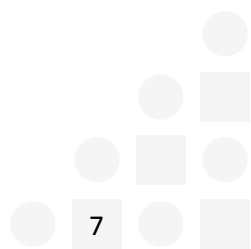
Als u na het lezen van deze folder nog vragen hebt, schrijf deze dan op. De KNO-arts beantwoordt graag uw vragen. Als u wilt, kunt u iemand meenemen naar de gesprekken met de arts om mee te luisteren en belangrijke zaken voor u op te schrijven.

## **Contactgegevens**

Catharina Ziekenhuis  
040 - 239 91 11  
[www.catharinaziekenhuis.nl](http://www.catharinaziekenhuis.nl)

Polikliniek KNO  
040 - 239 71 30

Routenummer(s) en overige informatie over de polikliniek KNO vindt u op [www.catharinaziekenhuis.nl/keel-neus-en-oorheelkunde](http://www.catharinaziekenhuis.nl/keel-neus-en-oorheelkunde)





Altijd als eerste op de hoogte?

Meld u dan aan voor onze nieuwsbrief:

**[www.catharinaziekenhuis.nl/nieuwsbrief](http://www.catharinaziekenhuis.nl/nieuwsbrief)**

Michelangelolaan 2 – 5623 EJ Eindhoven  
Postbus 1350 – 5602 ZA Eindhoven