

KNO-arts zegt: 'Eigen risico voor zorg zoals logopedie is korte-termijn-denken'

Donderdag 16 april is het de Werelddag van de Stem. Deze dag draait om het belang van een gezonde stem en de verschillende disciplines met expertise op het gebied van de stem; KNO-artsen, logopedisten en zangpedagogen. Het motto van 2015 is: "een dag van bewustwording, erkenning en feest van de stem". Uitval door een stemstoornis kost de samenleving geld. Niet voor niets werden stemstoornissen onlangs opgenomen in de lijst van beroepsziekten.



WORLD VOICE DAY

APRIL 16th

Een voorbeeld:

Maaïke Boks is een enthousiaste leerkracht die 5 dagen per week les geeft aan groep vier van een basisschool. Ze heeft hiervoor haar stem hard nodig. Toen ze stemproblemen kreeg, kon ze een periode niet werken. Na operaties aan de stembanden en de logopedie zegt ze tevreden: 'Ik kan dankzij de logopedie het beroep uitoefenen waarvoor ik ben opgeleid en waar ik veel voldoening uit haal'.

Maaïke gebruikt als leerkracht haar stem intensief. Ze werd moe worden van het spreken, kreeg keelpijn en een hese, schorre stem. De stemklachten verergerden aan het eind van de week. In het begin gingen die klachten na het weekend wel weer over. Maaïke sprak steeds zachter. Ze kon steeds minder lang achter elkaar spreken en zingen en aan het eind van de week kon Maaïke alleen nog fluisteren.

Zoals Maaïke zijn er vele mensen die hun stem dagelijks nodig hebben bij hun werk, maar er klachten mee hebben. Stemklachten zijn de grootste oorzaken voor ziekteverzuim bij leerkrachten en docenten.

Als u in het dagelijks leven uw stem ook intensief gebruikt, kan dit keelpijn, maar ook vermoeidheid en een hese, schorre stem tot gevolg hebben. Deze klachten kunnen ook voorkomen na een feestje, maar gaan dan meestal wel over. Is dat niet zo, dan wordt het steeds moeilijker een goede stem te gebruiken tijdens werk of in uw vrije tijd, zoals bij het zingen in een zangkoor. Door een verkeerde adem- en stemtechniek kunnen de stembanden zodanig overbelast raken dat stembandknobbels of een stemband poliep het gevolg zijn. Door het roken kan bovendien oedeem (vochtophoping) in de stembanden ontstaan.

Een stemprobleem, en dan?

Als stemproblemen langer dan vier weken aanhouden, verwijst de huisarts door naar de afdeling Foniatrie in een ziekenhuis. De KNO-arts kijkt wat er aan de hand is en of hij kan helpen. Veelal zal hij doorsturen naar een logopedist.

De logopedist onderzoekt de manier waarop de stem gebruikt wordt en maakt vervolgens een plan om de stemklachten te verhelpen. Er worden goede adem- en stemtechnieken aangeleerd en ook hoe op een gezonde manier met de stem kan worden omgegaan; dit wordt stemhygiëne genoemd.

Positieve ervaringen

Bij sommigen mensen zijn de stembanden in aanleg hun zwakke plek, zonder training krijgen ze snel klachten bij het uitoefenen van hun spreekberoep.

Maaïke Boks: 'Na het operatief weghalen van de stembandknobbels klonk mijn stem helder en goed, maar na verloop van tijd werd deze toch weer hees. Mijn stem is mijn

zwakke plek, alles slaat op mijn stem: een verkoudheid, spanning, een feestje. Door de juiste stemtechnieken toe te passen kom ik nu de weken op school goed door en verstaan de kinderen mij.'

De stem als een nieuw instrument

Jan Willem Arendse en Jaap van Twisk, beide KNO-arts in het Ikazia-ziekenhuis in Rotterdam, houden twee keer per week een speciaal stemspreekuur waarbij ze samenwerken met logopedisten. Aan het woord is Jan Willem Arendse:

'De meeste mensen komen binnen met de klacht heesheid. Dat kan in de spreekstem zijn, maar ook in de zangstem. Het gaat dan hoofdzakelijk om mensen die hun stem nodig hebben in hun beroep en door deze klachten vastlopen. Een deel van de mensen krijgt problemen bij het zingen in een zangkoor. De patiënten krijgen een uitgebreid onderzoek, waarbij niet alleen naar de stembanden gekeken wordt, maar ook naar de holttes boven de stembanden waarin het geluid resoneert. Bij de behandeling van vrijwel alle klachten hebben wij de inbreng van logopedisten hard nodig. Vaak gaat de logopedist met de patiënt aan het werk en volgen wij als KNO-artsen de voortgang van de behandeling.'

Merel Huizinga, zangeres, werd onderzocht door een KNO-arts: 'Bij het onderzoek bleek mijn keel rood, ontstoken en er was een bloeduitstorting op de stembanden te zien. Het advies van de arts was om op dat moment niet meer te zingen. Hij zei: 'Je loopt ook geen marathon met een gebroken been'. Het concert op de avond na het onderzoek heb ik ingekort en de pianist heeft meer solo's gespeeld. Ik werd meteen doorverwezen naar een logopedist. Ik ben enthousiast over haar deskundigheid en aandacht en over de effectiviteit van de begeleiding. Ik kan nu zo veel zingen als ik wil, de oefeningen werken nu preventief.'

Jan Willem Arendse: 'Wanneer patiënten aan hun stem geopereerd moeten worden, bijvoorbeeld vanwege een poliep, is de logopedist nauw betrokken bij het voor- en na traject. De logopedist geeft de patiënt informatie over wat er te gebeuren staat. Er wordt vooraf geoefend, want na de operatie is de stem als een nieuw instrument, wat de patiënt opnieuw moet leren gebruiken, anders komen de klachten terug. Het slagen van de logopedische behandeling is afhankelijk van een heleboel factoren, naast stemtechniek speelt de motivatie van de patiënt een belangrijke rol.'

Logopedie onmisbaar onderdeel

Dat logopedie een onmisbaar onderdeel van de behandeling uitmaakt, maakt Jaap van Twisk duidelijk: "Als we geen logopedie meer zouden kunnen bieden, is 80% van de operaties nutteloos. Bovendien, neem het voorbeeld van een zanger uit een musical. Deze had last van beginnende stembandknobbels, na een maand logopedie en niet zingen, was de aandoening weg en kon hij weer volledig aan het werk. Zonder logopedie zou meer dan de helft van onze patiënten klachten houden. Bezuinigingen op logopedie zou op korte termijn geld kunnen opleveren, maar waar je op bezuinigt krijg je op den duur keihard terug. Want mensen kunnen door hun stemproblemen hun beroep niet meer uitoefenen met alle gevolgen van dien."

Merel Huizinga: 'Als ik geen logopedie had gehad was mijn stem steeds slechter geworden, was hij mogelijk kapot gegaan, waardoor ik niet meer zou hebben kunnen zingen. Ik leef van mijn zang, zonder stem ben ik arbeidsongeschikt en verdien ik geen geld meer.'

Voorkomen is beter dan genezen!

Op de vraag wat er gebeurt nu volwassen patiënten een fors bedrag aan eigen risico moeten betalen voor logopedie, antwoordt Jan Willem Arendse: 'Voor een groot deel van de mensen is dit een reëel probleem: zij kunnen dit niet betalen. Ook niet de musicalzangers, want de meeste van hen verdienen niet genoeg om de behandeling zelf te kunnen betalen. Veel behandelingen komen hierdoor dus te vervallen'.

Maaïke Boks en Merel Huizinga onderschrijven dit. Maaïke: 'Door mijn beroep moest ik vorig jaar logopedie volgen, maar als ik zelf had moeten betalen zou ik, bij te hoge kosten, er minder gebruik van hebben gemaakt.' Merel: 'Een eigen bijdrage vind ik zeer onverstandig, dit vormt voor mensen een drempel om gebruik te maken van logopedie. Bovendien: voorkomen is beter dan genezen!'

N.B. Logopedisten behandelen ook adem- en stemproblemen bij mensen met Astma, COPD, hyperventilatie, stembandverlammingen en kanker. Verder kunt u bij logopedisten terecht voor klachten en aandoeningen op het gebied van spraak, taal, slikken en gehoor.

Voor meer informatie raadpleeg de website van de Nederlandse Vereniging van Logopedie en Foniatrie:

<http://www.logopedie.nl/site/home>

Dit persbericht kwam tot stand met medewerking van José Wigny en de zorggroepen EersteLijns Logopedisten Hoek van Holland, Delft, Schiedam (ELL) en de Zorggroep Logopedie rotterdam (Zoloro).