

## Logopedie Poolman en Smal

Logopedie Poolman en Smal is een allround praktijk die zich richt op het geven van logopedische zorg aan kinderen, volwassenen en ouderen. U kunt bij ons terecht voor onderzoek en behandeling van uiteenlopende problemen op het gebied van stem, taal, spraak, gehoor en slikken. In deze folder vindt u meer informatie over de logopedische begeleiding bij adem- en/of stemklachten.

### De stem

De logopedist kan hulp bieden bij klachten met betrekking tot de stemgeving, de keel, de ademhaling of het spreken. Deze klachten kunnen op iedere leeftijd voorkomen. Denk hierbij bijvoorbeeld aan:

- Keelpijn of vermoeidheid als gevolg van praten of zingen
- Schorheid of heesheid die aanhoudt of vaak terugkeert
- Hyperventilatie of andere ademklachten
- Moeite met duidelijk verstaanbaar spreken
- Het gevoel of er iets in de keel zit (globusklachten)
- Slikklachten
- Aanhoudende kriebelhoest of andere keelklachten zonder medische oorzaak

### Voor wie?

Bij kinderen komt met name heesheid regelmatig voor, vaak als gevolg van verkeerd stemgebruik. Daarbij kunnen stemplooi-knobbeltjes ontstaan. Logopedie is de aangewezen therapie voor de behandeling van (beginnende) stemplooi-knobbeltjes. Bij volwassenen zijn de stemproblemen uiteenlopend en kunnen zowel een fysieke als een functionele oorzaak hebben.

Bij een stembelastend beroep zoals lesgeven kan stemtherapie behulpzaam zijn. Bij sommige mannen treedt tijdens de puberteit geen stembreuk op en kan er sprake zijn van een blijvend hoge spreektoon. Bij ouderen komen stemproblemen vaak voor bij neurologische aandoeningen zoals MS en Parkinson of na een CVA, bij ziekten zoals kanker of als gevolg van het normale verouderingsproces. Wij bieden ook logopedische therapie voor transgendervrouwen die hun stem vrouwelijker willen laten klinken.

### Stemtherapie

Stemtherapie wordt aanbevolen bij aanhoudende heesheid, onvoldoende draagkracht van de stem, een gespannen stemgeving of andere problemen die met het stemgeluid samenhangen. Na een uitgebreide inventarisatie van de (on-) mogelijkheden van de stem wordt met u samen een behandelplan opgesteld. De logopedist zal met u kijken welke oefeningen het beste passen bij uw specifieke situatie. Meestal wordt er gewerkt aan de ademhaling, lichaamshouding en een ontspannen manier van stemgeving. Om een advies op maat te kunnen geven wordt ook gekeken naar het stemgebruik in uw dagelijkse situaties, waarbij aandacht wordt besteed aan mogelijke omgevingsfactoren zoals lawaai, rook en stof en een slechte akoestiek. Ook kan er een relatie zijn tussen stemproblemen en reflux (opkomend maagzuur).

### MFL

MFL is een afkorting voor manuele facilitatie van de larynx. De larynx, oftewel het strottenhoofd, is de plek in de keel waar de stembanden zich bevinden. Bij klachten over de stem, het ademen of het slikken kan er sprake zijn van teveel spanning in de spieren rond het strottenhoofd. Omdat de stand van de larynx beïnvloed wordt door de hele

lichaamshouding wordt er bij het onderzoek en de behandeling aandacht geschonken aan de houding en beweging van de romp, nek en hals. Hierbij wordt gebruik gemaakt van spieroefeningen, stretching en massage.



### Ademklachten

Ademtherapie kan op zichzelf staan of een onderdeel zijn van de stemtherapie. Een verkeerd adempatroon kan veel klachten geven. Vaak is er daarbij sprake van een verstoorde balans van de spierspanning in het lichaam. Met behulp van ontspanningstechnieken en het leren herkennen en toepassen van het natuurlijke ademritme kan er vaak al veel bereikt worden. Ook bij chronische, onverklaarbare hoestklachten kan logopedische behandeling zinvol zijn.

### Samenwerking

In sommige situaties is nader onderzoek door een KNO-arts aan te raden. Hierbij zal de logopedist u adviseren. Ook kan er in overleg met u worden doorverwezen naar een haptotherapeut. Binnen ons team zijn er specialisten op het gebied van neurologische aandoeningen. Indien nodig wordt er gezocht naar de meest passende vorm van samenwerking. Ook proberen wij altijd zo goed mogelijk af te stemmen met de overig betrokken (para)medici.

### De logopedist

Eva van Ginkel is onze specialist op het gebied van stem- en ademtherapie. Naast haar werk als logopedist is zij mindfulnesscoach. Zij heeft jarenlang als yogadocent gewerkt en heeft veel ervaring met onderzoek en behandeling op het gebied van houding en adem.



### Afspraak maken

U kunt per mail of telefonisch een afspraak maken. Als u zich aanmeldt voor logopedie heeft u een verwijzing nodig van uw huisarts of medisch specialist. Het is mogelijk om logopedie aan huis te krijgen, mits uw huisarts of medisch specialist hier een indicatie voor heeft gegeven. Na aanmelding zullen wij zo snel mogelijk een afspraak met u inplannen voor een intake en indien nodig verdere behandeling. Bij Logopedie Poolman en Smal zijn geen wachtlijsten.

Neemt u bij uw eerste afspraak uw verwijzing mee, samen met uw verzekeringspas en een geldig identificatiebewijs. Zo kunnen wij de rekening rechtstreeks bij uw zorgverzekering indienen.

### Vergoeding

Logopedie zit in het basispakket van uw zorgverzekering en wordt tot de leeftijd van 18 jaar volledig vergoed door uw zorgverzekeraar. Indien u 18 jaar of ouder bent, is eerst uw eigen risico van toepassing. Kijk ook uw polis na voor informatie omtrent vergoeding logopedie. Heeft u vragen en/of opmerkingen, aarzel dan niet om contact op te nemen.

### Locaties

Arnhem  
Doorwerth  
Driel  
Ede  
Heteren  
Huissen  
Oosterbeek  
Renkum

### Contact

026-3030025  
0317-745474  
info@logopedie-ps.nl  
www.logopedie-ps.nl



## Adem- en stemtherapie

