

Was ist eine Stimmstörung/ Dysphonie?

Von einer Stimmstörung spricht man, wenn die Schwingungsfähigkeit der Stimmlippen (umgangssprachlich auch Stimmbänder) stark oder ganz eingeschränkt ist und evtl. ein vollständiger Stimmlippenschluss nicht mehr möglich ist. Die Stimme kann beim Sprechen schnell überlastet sein oder ganz wegbleiben.

Woran erkenne ich eine Stimmstörung?

Bei Menschen mit Stimmstörungen/Dysphonien klingt die Stimme heiser, knarrend, behaucht oder belegt. Die Betroffenen müssen sich oft räuspern und haben teilweise ein Schmerzempfinden oder Fremdkörpergefühl im Halsbereich. Somit empfinden sie das Sprechen als anstrengend. Auch erscheint die Atemluft zum Sprechen nicht auszureichen. Die Stimme ist nicht belastbar und ermüdet schnell. Besondere Belastungen wie längeres lautes Sprechen oder Singen lässt die Stimme schwächer und schlechter werden. Manchmal tritt auch phasenweise eine Stimmlosigkeit (Aphonie) auf.

Wie entsteht eine Stimmstörung?

Verschiedene Ursachen führen zu Stimmstörungen:

- Funktionelle Ursachen: Dieses bedeutet, dass der Sprecher/ die Sprecherin ungünstige Sprech- und Atemmuster einsetzen. Menschen mit einer hohen beruflichen Sprechbelastung (Lehrer, Manager, Erzieher u.a.) überanstrengen so oft unbewusst ihre Stimmbänder, so dass die normalen Funktionen eingeschränkt werden.
- Organische Ursachen: Davon sprechen wir, wenn für den Arzt sichtbare Veränderungen im Kehlkopf vorliegen. Diese können Veränderungen sein, die als Folge einer funktionellen Stimmstörung in Form von Stimmband-Knötchen, -Ödemen o.ä. vorliegen. Auch können Lähmungen von Stimmbändern z. T. nach Operationen der Schilddrüse entstehen. Bei Veränderungen der Stimmbänder durch Tumore und deren Entfernung sprechen wir ebenfalls von organischen Stimmstörungen.
- Psychische Ursachen: Bei manchen Menschen zeigt sich die emotionale Situation insbesondere durch deren Stimmklang. Es kann vorkommen, dass Menschen aufgrund ihrer psychischen Verfassung phasenweise die Stimme ganz wegbleibt oder stark heiser wird.

Was passiert in der Behandlung?

Da Stimmstörungen sehr unterschiedliche Ursachen haben, ist die Behandlung individuell auf den einzelnen Patienten abgestimmt. Nach Art und Ausprägung der Störung werden unterschiedliche Schwerpunkte gesetzt. Ziel der Therapie ist, eine möglichst physiologische und ökonomische Stimmfunktion zu erreichen.

Wichtig ist, dass der Betroffene ganz aktiv am Therapiegeschehen mitarbeitet.

Es werden Atemübungen, Körperwahrnehmungsübungen, Stimmübungen durchgeführt. Gespräche, die zum Beispiel die Selbstwahrnehmung für die eigene Atmung und Stimme beinhalten, begleiten den Therapieverlauf. Eine Übertragung der gesunden Stimm- und Sprechtechnik in den Alltag wird in Schritten erarbeitet.

Diese Inhalte haben das Ziel, dass Schwingungsvermögen der Stimmbänder zu normalisieren. Bei organischen Einschränkungen soll entsprechend der Gegebenheiten ein optimales und stabiles Stimmvermögen erreicht werden.

Diese doch etwas abstrakten Beschreibungen werden im Rahmen der Therapie genau mit den Betroffenen besprochen. Mögliche Fragen im Vorfeld beantworten wir gerne.

Während des Behandlungsverlaufes besteht eine enge Kooperation mit dem Arzt (meist Hals-Nasen-Ohren-Arzt oder Phoniater).

Ist Rauchen für die Stimmfunktion schädlich?

- Wer raucht, muss mit Einbußen in der Stimmgebung rechnen.
- Rauch von Zigaretten enthält schädliche Partikel, die sich entzündlich auf die Schleimhäute auswirken.
Nicht nur die Atmung oder der Atemtrakt werden dadurch beeinflusst, der Rauch wirkt sich auf die Schleimhäute des Kehlkopfes in besonderer Weise aus:
- So kommt es zu einem Verlust von Geschmeidigkeit bei der Stimmlippenschleimhaut über dem Stimmbandmuskel im Zuge der Stimmgebung. Dies hat oft eine Entzündung der Schleimhaut der Stimmlippen zur Folge, die zu Heiserkeit führen kann.

Warum ist mein Kind heiser?

Was ist eine kindliche Stimmstörung? (juvenile Dysphonie)

- Eine heisere Stimme kann in jedem Lebensalter durch eine Veränderung des Kehlkopfes, insbesondere der Stimmlippen entstehen. (z.B. beim Wachsen)
- Bei Kindern im Vorschul- und Grundschulalter sind solche Stimmstörungen recht häufig, sie betreffen bis zu 25% aller Kinder.
- Bei Kindern im Vorschul- und Grundschulalter liegen primär meist keine organischen Veränderungen vor. Die meisten Heiserkeiten in diesem Alter beruhen auf einem Missbrauch der Stimme beim Sprechen, Spielen oder Singen.
- Die Kinder setzen ihre Stimme beim Spielen oder Singen in einem Maß ein, das die Leistungsfähigkeit des Kehlkopfes übersteigt. Viele der Kinder haben einen hohen Bewegungsdrang und Schwierigkeiten, die Kraft zu dosieren.

Wie hilft logopädische Therapie bei kindlicher Stimmstörung?

Ziel der logopädischen Therapie ist der Abbau der ungünstigen Sprechweise, sowie die Vermeidung stimmlicher Überanstrengungen.

Inhalte sind kindgerechte spielerische Stimm- u. Atemübungen und regelmäßig stattfindende Elternberatungen.

Auch geht es darum, den Kindern zu vermitteln, dass sie zum Ausdruck ihrer Wünsche nicht nur ihre Stimmkraft und passende Argumente nutzen können, sondern ebenso andere (nonverbale) Ausdrucksmöglichkeiten nutzen sollten.