

Slik- en stemproblemen bij chemo- of radiotherapie in het hoofd-halsgebied.

U krijgt binnenkort bestraling (radiotherapie). Misschien krijgt u ook chemotherapie. Uw arts heeft dit met u besproken. Dit gebeurt om de ziekte in uw mond of keelholte te behandelen.

Het is mogelijk dat u van deze behandeling slik- en stemproblemen krijgt. In deze folder leest u wat u kunt verwachten.

Uw mond en keel hebben 2 belangrijke functies:

1. Slikken (om te eten en drinken)
2. Spreken

Slikken

De mond en keel zijn belangrijk bij het eten en drinken. Bijvoorbeeld om eten te proeven, te kauwen en te slikken. In de mond mengt het gekauwde eten zich met speeksel. Daarna slikken we het door. Het gaat dan via de keel naar de slokdarm en maag.

Misschien heeft u door de ziekte in uw mond of keel slikproblemen. U vindt het bijvoorbeeld moeilijk om droog voedsel door te slikken. Misschien moet u steeds een beetje water drinken om te slikken. Of misschien verslikt u zich vaker tijdens het drinken en moet u dus vaker hoesten.

Spreken

Door de stembanden, de keelspiere, de tong, de lippen en de kaken te bewegen, kunnen we praten. We kunnen deze bewegingen afwisselen. Hierdoor praten we bijvoorbeeld zachter of harder. Misschien kunt u door de ziekte in uw mond of keel moeilijker praten. Uw stem klinkt misschien anders. Of misschien wel zachter. Waardoor praten meer moeite kost.



Mogelijke bijverschijnselen van de bestraling en chemotherapie

- Het is mogelijk dat eten, drinken, slikken en praten tijdens de bestraling moeilijker worden.
- Het slijmvlies in de mond of keel kan gevoelig worden. Bijvoorbeeld voor bepaalde (scherpe) kruiden of de temperatuur van het voedsel.
- Uw smaak kan veranderen.
- Het kan moeilijk zijn om vaste voeding goed door te slikken.
- U kunt zich vaker verslikken.
- Uw stem kan (tijdelijk) minder goed worden. Deze kan anders of zachter klinken. Hierdoor wordt het moeilijker om te spreken. Het kan vermoeiend zijn om te praten. Of pijn doen. Dit komt doordat het slijmvlies wordt bestraald in de mond en keel.

Logopedie bij bestraling in het hoofd-halsgebied.


Tijdens een bezoek aan de oncologie verpleegkundige vult u een vragenlijst in over slikklachten, de EAT-10. Als de score daartoe aanleiding geeft, krijgt u een afspraak bij de logopedist. Deze afspraak is in de eerste weken van de bestraling.

De logopedist onderzoekt of er slikproblemen of stemproblemen zijn.

Ook krijgt u tips en adviezen. Deze helpen u om zo goed mogelijk te blijven slikken en spreken.

Tips en adviezen

De logopedist geeft tips en adviezen die bij uw situatie passen. Enkele voorbeelden hiervan zijn:

- Soms helpt het om tijdens het eten en drinken anders te gaan zitten.
- Verslikt u zich vaak tijdens het drinken? Dan is het veiliger om een verdikkingsmiddel te gebruiken. Zo loopt de vloeistof minder snel in uw luchtpijp.
- U kunt oefeningen doen om de bewegingen en de kracht van de spieren in uw kaak, lippen, tong, gehemelte en strottenhoofd te ondersteunen. U kunt deze oefeningen bekijken op onze [MUMC+ website](#) .
- Blijf slikken. Zo blijven de slikspieren zo sterk mogelijk. Doe dit ook als u minder proeft. Of als het slikken meer moeite kost.
- Drink of spoel regelmatig. Zo blijven de slijmvliesen van uw mond en keel vochtig.
- Probeer niet te kuchen en te schrapen.
- Heeft u last van uw keel? Drink dan een slokje water. Of zuig op een verzachtend keelsnoepje. Bijvoorbeeld met salie of honing.
- Eet geen keelsnoepjes met eucalyptus.
- Spreek niet te lang achter elkaar. En geef uw stem regelmatig rust.
- Spreek rustig. En gebruik niet te veel kracht.

De tips en adviezen van de logopedist kunnen helpen om uw slik, stem- of spraakproblemen te verminderen.

Heeft u toch nog moeite met het goed weg kunnen slikken van bepaalde voedingsmiddelen of blijft u zich regelmatig verslikken? Bespreek dit dan met de arts of de oncologieverpleegkundige. Er kan dan een vervolgspraak bij de logopedist worden gemaakt.

Blijft u een hese of schorre stem houden of heeft u moeite met uw verstaanbaarheid? Geef dit aan bij de arts of oncologieverpleegkundige. Er kan dan een nieuwe afspraak worden gepland bij de logopedist om te bepalen welke oefeningen u kunnen helpen om hier verbetering in te krijgen. We regelen dan ook een overdracht voor logopedische behandeling in uw eigen regio.

Contact

Heeft u na het lezen van deze folder nog vragen? Bespreek deze dan met uw arts.

Of maak een afspraak bij de logopedist.

Dat kan via het **Oncologiecentrum**

Telefoon: 043-387 64 00

Websites

- mumc.nl
- www.oncologie.mumc.nl
- www.dysphagiaonline.com
(www.dysphagiaonline.com).
- www.pvhh.nl
- www.gezondidee.nl