

# Slik- en stemproblemen bij chemo- of radiotherapie in het hoofd/hals gebied.

Samen met uw artsen heeft u besloten om de aandoening in uw mond en/of keelholte te behandelen door middel van bestraling (radiotherapie) eventueel gecombineerd met chemotherapie. Deze behandelingen kunnen slik- en stemproblemen veroorzaken. In dit blad krijgt u hierover meer informatie.

Uw mond en keel hebben twee belangrijke functies:

1. eten en drinken
2. spreken

## Slikken

Onze mond en keel spelen een belangrijke rol bij het innemen en verwerken van ons voedsel. In de mond proeven we het voedsel, we kauwen erop, vermengen het met speeksel en maken het tot een smeug geheel. Daarna verplaatsen we het voedsel naar de keel en slikken we het door richting slokdarm en maag. Als gevolg van de aandoening in uw mond- en/of keelgebied, heeft u momenteel misschien al slikproblemen. Het kan zijn dat u merkt dat het moeilijk is om bepaald voedsel (droge voeding) door te slikken. U moet wellicht nu al steeds een klein beetje water drinken om het voedsel weg te krijgen. Ook kan het zijn dat u zich vaker verslikt tijdens het drinken, waardoor u vaker moet hoesten.

## Spreken

Bewegingen van de stembanden, de keelspiers, de tong, de lippen en de kaken maken het mogelijk om te spreken. Door te variëren kunnen we zacht praten, hard praten, zingen en fluisteren. Als gevolg van de aandoening in uw mond en/of keel heeft u misschien al gemerkt dat spreken u meer moeite kost. Uw stem kan van klank veranderd zijn of het volume is verminderd, waardoor u meer moeite moet doen om goed verstaanbaar te zijn.



## Mogelijke bijverschijnselen van de bestraling

- Tijdens de bestraling kan het zijn dat het spreken, eten, drinken en slikken (tijdelijk) moeilijker wordt.
- Door de bestraling kan het slijmvlies in de mond en/of keel gevoelig worden voor bepaalde (scherpe) kruiden en/of de temperatuur van het voedsel.
- Uw smaak kan veranderen.
- Door de zwelling in uw keel kan het moeilijk zijn om vaste voeding goed door te slikken.
- Er is kans dat u zich vaker verslikt omdat de coördinatie van de slikbeweging beïnvloed wordt.
- Uw stem kan (tijdelijk) verslechteren. Het volume, de toonhoogte en/of de klank van de stem kan veranderen waardoor het moeilijker wordt om te spreken. Soms is, door zwelling en irritatie van het mond- en keelslijmvlies, het spreken (tijdelijk) pijnlijk en vermoeiend.

## Logopedie bij bestraling in het hoofd/hals gebied.

In de eerste weken van de bestralingsbehandeling wordt er een afspraak gepland bij de logopedist in het Oncologiecentrum. Tijdens dit consult onderzoekt de logopedist of er slik- en/of stemproblemen zijn. De logopedist reikt u diverse tips & adviezen aan om uw slik- en stemfunctie tijdens de bestralingsbehandeling zo goed mogelijk te behouden.

## Tips en adviezen

- Afhankelijk van het slikprobleem kan geadviseerd worden een andere (hoofd) houding aan te nemen tijdens het eten en drinken.
- Als u zich vaak verslikt in dranken dan is het bijvoorbeeld veiliger om verdikkingsmiddel te gebruiken zodat de vloeistof minder snel uw luchtpijp inloopt.
- Er zijn diverse trucjes om het slikken veiliger en gemakkelijker te laten verlopen. De logopedist kan beoordelen of er slikstrategieën nodig zijn die u kunnen helpen.
- Ook kunt u oefeningen doen om de bewegingen en de kracht van de spieren in uw kaak, lippen, tong, gehemelte en strottenhoofd te stimuleren.
- Blijf slikken, ook als de smaak vermindert of het slikken meer moeite kost, zodat de slikspieren zo sterk mogelijk blijven.
- Drink of spoel regelmatig om de slijmvliezen van de mond en keel vochtig te houden.
- Vermijd kuchen en schrapen, drink bij keelirritatie een slokje water of zuig op een verzachtende keelpastille met salie of honing (vermijd eucalyptus).
- Spreek niet te lang achter elkaar, geef uw stem regelmatig rust.
- Spreek rustig, forceer uw stem niet.

Het kan zijn dat de adviezen die de logopedist u geeft al voldoende zijn om uw problemen op te lossen. Soms is er meer logopedische begeleiding nodig. De logopedist neemt in de vierde bestralingsweek telefonisch contact met u op om te bespreken hoe het met uw stem en slikfunctie gaat. Zes weken na de laatste bestraling vindt er opnieuw een telefonische evaluatie plaats. Als dan blijkt dat het slikken en spreken onvoldoende herstelt, kan er een afspraak worden gemaakt op de afdeling logopedie zodat verdere begeleiding kan worden opgestart.

## Contact

Hebt u na het lezen van deze informatie nog vragen dan kunt u deze bespreken met uw specialist of een afspraak maken bij de logopedist via de balie van het Oncologiecentrum.

Oncologiecentrum bereikbaar op telefoonnummer 043-387 64 00.

## Websites

- [mumc.nl](http://mumc.nl)
- [www.oncologie.mumc.nl](http://www.oncologie.mumc.nl)
- [www.dysphagiaonline.com](http://www.dysphagiaonline.com)
- [www.pvhh.nl](http://www.pvhh.nl)
- [www.gezondidee.nl](http://www.gezondidee.nl)