



## Aanmelding

U heeft een verwijzing nodig van een specialist (bijvoorbeeld een KNO-arts, neuroloog of revalidatiearts) of uw huisarts. Aanmelden kan middels het aanmeldformulier op onze website of via ons algemene telefoonnummer.

## Vergoeding

Logopedie is opgenomen in de basiszorgverzekering. Volwassenen (vanaf 18 jaar) betalen eerst het eigen risico, voor zover dat nog niet gebruikt is.

## Altijd in de buurt

Wij werken vanuit diverse locaties in Zuid-West Nederland. U vindt ons onder andere in:

- Goes
- Middelburg
- Zierikzee

**Logopedie &  
Stottercentrum  
Zuid-West**



06 53856164

[info@logopedieenstottercentrum.nl](mailto:info@logopedieenstottercentrum.nl)

[www.logopedieenstottercentrum.nl](http://www.logopedieenstottercentrum.nl)



# Stem en/of ademklachten

Stemtherapie helpt u verder

**Logopedie &  
Stottercentrum  
Zuid-West**



[www.logopedieenstottercentrum.nl](http://www.logopedieenstottercentrum.nl)

**U leest deze folder omdat u problemen ervaart met uw stem en/of adem en daarvoor hulp zoekt.**

## Vind de weg naar een stemlogopedist

Welke problemen kunt u ervaren rondom uw adem en stem?

- De stem klinkt niet zoals hij hoort te klinken
- Problemen met volume, luidheid
- Niet goed worden verstaan
- Problemen in kwaliteit van de stem (hees of schor)
- Pijn bij spreken of zingen
- Vermoeidheid van de stem
- Stem helemaal kwijt
- Een brok in de keel
- Chronische hoestklachten
- Dysfunctioneel adempatroon hyperventilatie
- Ademhalingsproblemen na COVID infectie (COVID-19)

## Wie zijn wij?

Stemtherapie wordt gegeven binnen Logopedie & Stottercentrum Zuid-West. Onze stemlogopedisten Melissa Boerma en Annejet Mol werken als allround logopedist en hebben zich daarnaast gespecialiseerd in stem- keel- en ademklachten.

Het team bestaat uit enthousiaste, gekwalificeerde, allround opgeleide logopedisten. Binnen ons team beschikken we over verschillende specialismen

waardoor we voor iedere hulpvraag de juiste zorg kunnen bieden. Een van die specialismen is stemtherapie.

## Voor wie zijn wij er?

Stemtherapie is voor iedereen met adem- en stemproblemen. Adem- en stemproblemen kunnen acuut of geleidelijk ontstaan en zijn van invloed op de manier van communiceren.

Een stemprobleem kan uitgroeien tot een stemstoornis. Bij een stemstoornis is er een afwijkende klank van de stem aanwezig. Een stemstoornis kan zowel door organische als niet-organische (functionele) afwijkingen veroorzaakt worden.

## Wat doen onze stemlogopedisten?

### Organische stemstoornissen

Organische stemstoornissen ontstaan door afwijkingen aan het stemapparaat. Ze kunnen primair van aard zijn of secundair veroorzaakt door bijvoorbeeld langdurig verkeerd stemgebruik of door roken. Veel organische stemstoornissen moeten chirurgisch behandeld worden. Voorbeelden van organische stemstoornissen zijn: stemplooi knobbeltjes, stemplooi poliep, stembandcyste, Reinke-oedeem, laryngitis, stembandverlamming, granuloom en carcinoom. De logopedist geeft stemhygiënische adviezen en/of stemtherapie. Als er een operatie aan de stemplooiën heeft plaatsgevonden, leert de logopedist u de restkwaliteit van de stem door middel van oefeningen en stemtechnieken zo goed mogelijk te benutten.

### Niet-organische stemstoornissen

Een stemstoornis is functioneel wanneer er geen

organische afwijking aanwezig is. Een oorzaak van een functionele stemstoornis kan een onjuist stemgebruik zijn door bijvoorbeeld een slechte coördinatie van adem en stemgeven. Ook door langdurig of intensief stemgebruik kan de kwaliteit van de stem verminderen waardoor mogelijk compensatiemechanismen in werking worden gesteld. Deze stemstoornissen beginnen meestal sluipend en verergeren bij stembelasting.

Een stemstoornis is psychogeen wanneer er in de voorgeschiedenis duidelijke relatie is tussen het ontstaan van de aandoening en psychosociale stressfactoren, emoties en/of psychische conflicten. Vaak blijft de oorzaak onbekend. De psychogene stemstoornis kan zich o.a. uiten in een stemloosheid (afonie) of een heesheid (dysfonie).

De behandeling door de logopedist kan bestaan uit advisering over het stemgebruik, het aanleren van een juiste ademtechniek, koppeling van adem en stem en het onder controle houden van toonhoogte en volume.

### Ademklachten

Moelijkheden met ademen kan voor een beklemmend gevoel zorgen. Ademhalings-klachten kunnen meerdere oorzaken hebben. Denk hierbij aan astma, COPD, hyperventilatie en allergieën. Ook spanningen kunnen ervoor zorgen dat je moeite hebt om normaal te ademen.

Tijdens de therapie wordt aandacht besteed aan de anatomie en fysiologie van het ademsysteem. De stemlogopedist leert uw mogelijkheden van de adem en het spreken te optimaliseren. U leert welke persoons-gerelateerde en omgevingsgerelateerde factoren het probleem beïnvloeden en u krijgt gezondheidsadviezen om de klachten te verminderen.