

KNO
NEUS • OOR • GELAAT • HALS



Stemcentrum ZOL

Knobbeltjes, heesheid of op zoek naar je stem?

Het Stemcentrum houdt je stemplooiën strak

Niet nu, niet nu, niet nú! Voor professionele stemgebruikers als zangers, journalisten of acteurs kan ieder kuchje catastrofaal uitpakken. Dreigt het fout te gaan voor een uitverkochte show of een belangrijke uitzending, dan kloppen ze aan bij het gespecialiseerde stemcentrum van ZOL. Daar lapt het team van KNO-arts Griet Laureyns gekwetste stemmen op. "Naast artiesten en acteurs zien we veel leerkrachten, kappers, journalisten, advocaten, slaggers en bakkers. Mensen voor wie hun stem cruciaal is om hun beroep te kunnen uitoefenen."

Eddie Vedder van Pearl Jam, Beyonce, Sting, Adele maar ook dichterbij huis Laura Tesoro: ze hebben één ding gemeen. Allemaal kregen ze te maken met stemproblemen. Voor professionele stemgebruikers is een gezonde stem van levensbelang. "Iedereen wil altijd weten welke grote namen wij over de vloer krijgen in het stemcentrum", lacht dr. Griet Laureyns. "Maar we zien ook veel leerkrachten, kappers, journalisten, advocaten, slaggers en bakkers. Mensen voor wie hun stem cruciaal is om hun beroep te kunnen uitoefenen. Of gewone stervelingen als jij en ik met een complex stemprobleem."

Uitgebreid team

Na opleidingen bij gerenommeerde stemcentra in Toronto en Philadelphia richtte dr.

Laureyns in 2011 het Stemcentrum op in ZOL. Een gespecialiseerde en multidisciplinaire raadpleging waar iedereen die problemen ondervindt aan de spreek- en/of zangstem terecht kan voor onderzoek en behandeling. Met twee logopedisten, een zang- en stemcoach en ondersteuning van psychologen en een kinesiste beschikt het centrum over een uitgebreid team dat zowat alle stemproblemen kan behandelen. Dr. Griet Laureyns: "Als patiënt ga je langs bij alle specialisten en dat neemt gemiddeld twee tot drie uur in beslag. Maar de eerste stap is een raadpleging. Van de honderd patiënten die ik zie, zijn er negentig waar ik meteen een oplossing voor heb. Hetzij een poliep verwijderen, medicatie voorschrijven of doorverwijzen naar een logopedist."

De enkelingen voor wie ik niet meteen een pasklare oplossing heb, die beginnen aan een traject bij het Stemcentrum."

Het traject

Dat traject begint bij het in beeld brengen van de stemplooiën en het golfpatroon dat ze produceren. Zo worden de meest subtiele letsels in beeld gebracht. Daarna voeren de logopedisten een volledig stemonderzoek uit. "Er worden aërodynamische en akoestische metingen uitgevoerd in een geluiddichte cabine en de stem wordt geanalyseerd en beoordeeld." Zangers gaan langs bij de zangcoach die een stemtechnische analyse uitvoert en door stemoefeningen het probleem in kaart brengt. "Het meest voorkomende probleem is hypertonie of spanning van de spieren, weet dr. Laureyns. Daar komt de kinesitherapeut in het spel. "Ontspan je de spieren in de hals, dan wordt de stem veel beter en kunnen onze logopedisten sneller een oplossing vinden."

De stem managen

Ook het mentale speelt een rol bij de stem, zeker bij acteurs en zangers wanneer de stress voor de grote dag parten begint te spelen. "Soms is er geen houden aan en staat de telefoon roodgloeiend tot ze een afspraak beet hebben. Vaak voor een grote show of een optreden speelt de angst op: niet nu, niet nu, niet nú... Het enige wat ik dan kan doen is hen geruststellen en in het beste geval laten zien dat er geen letsel is."

Bij de cocktail van verkochte tickets, een zenuwachtige manager en een twijfelende artiest wordt er hoopvol naar het Stemcentrum gekeken. "Dan is het aan ons om mee te denken en de stem te managen," aldus dr. Laureyns. "Het is dan inschatten of we het risico kunnen nemen om toch te zingen.

Soms moet ik hen ook ontgoochelen: zit er een bloeding op de stemband dan kan je niet zingen. Punt uit.

"Met twee logopedisten, een zang- en stemcoach en ondersteuning van psychologen en een kinesiste beschikt het Stemcentrum over een uitgebreid team dat alle stemproblemen kan behandelen."



Gespecialiseerde zorg voor trans personen

Naast een Stemcentrum beschikt ZOL over een multidisciplinair gendercentrum. Experts van verschillende specialismen bieden er samen gespecialiseerde zorg aan voor trans personen.

Voor de medische behandeling van stemproblemen kunnen transgenders terecht bij KNO-arts en stemspecialist dr. Griet Laureyns. "Het gaat dan meestal om personen die de stem willen feminiseren. De meest ingrijpende manier om een hoger stemgeluid te krij-

gen, is door de stembanden in te korten. Bij de transitie naar man zal je door de behandeling met testosteron automatisch een lagere stem krijgen. Wil je een hogere stem, helpen vrouwelijke hormonen oestrogeen of progesteron niet. Je kan je stem wel anders leren gebruiken bij logopediste en coördinator van het gendercentrum Katrien Eerdekens."

Meer info:
www.zol.be/gendercentrum



Dr. Griet Laureyns: "Van de honderd patiënten die ik zie, zijn er negentig waar ik meteen een oplossing voor heb. Hoor ik dat er een probleem is maar heb ik niet meteen een pasklare oplossing, kan de patiënt beginnen aan een traject in het Stemcentrum."

Eventueel passen we de partituren aan om hoge noten te vermijden maar het is altijd een risico want je hebt maar één stem."

Zwijgen is zilver

De grootste vijand van een gezonde stem is uitdroging. "Het best en het meest eenvoudige is water drinken", tipt dr. Laureyns. Bruisende (fris)dranken of koffie laat je beter staan, wil je je stem in topvorm houden. Net als zware voeding die belastend is voor de maag. "Refluxaat droogt de stembanden - die langs de ingang van de slokdarm liggen - uit." Verder is voldoende rust en je stem niet overbelasten

een goed idee. Zwijgen? "Dat hoeft niet, wij laten onze patiënten zelden zwijgen tenzij meteen na een stemplooi-operatie. Zwijgen dient niet meteen een doel, de juiste behandeling is veel nuttiger." besluit dr. Laureyns. ◀

Afspraken
ZOL Genk, campus Sint-Jan: tel. 089 32 50 50

www.kno.be/multidisciplinaire-stemkliniek