

Behandling af voksne med stemmevanskeligheder

Logopæd Janni Holm Pedersen

Taleinstituttet og Hjerneskadecenter Nordjylland



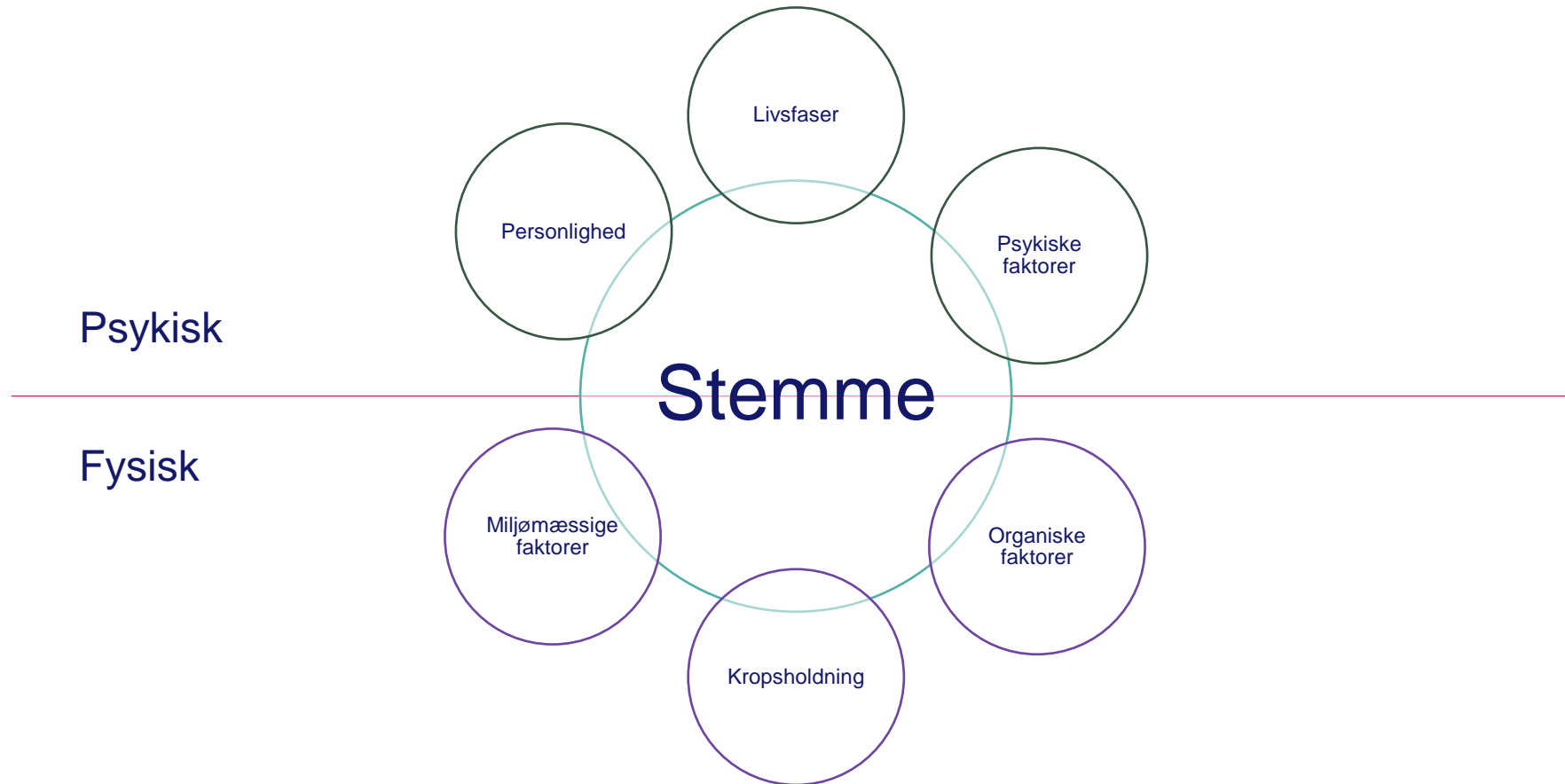
**Aalborg
Kommune**

Hvem er jeg?

- Uddannet logopæd fra Syddansk Universitet.
- Arbejdet med stemmer i 15 år
- Efteruddannet i manuel behandling til at løse muskulære dysfunktioner, der påvirker stemmeapparatet.
- Læst fysioterapi 3½ semester - anvender sin fysioterapeutiske viden i sit logopædiske arbejde.

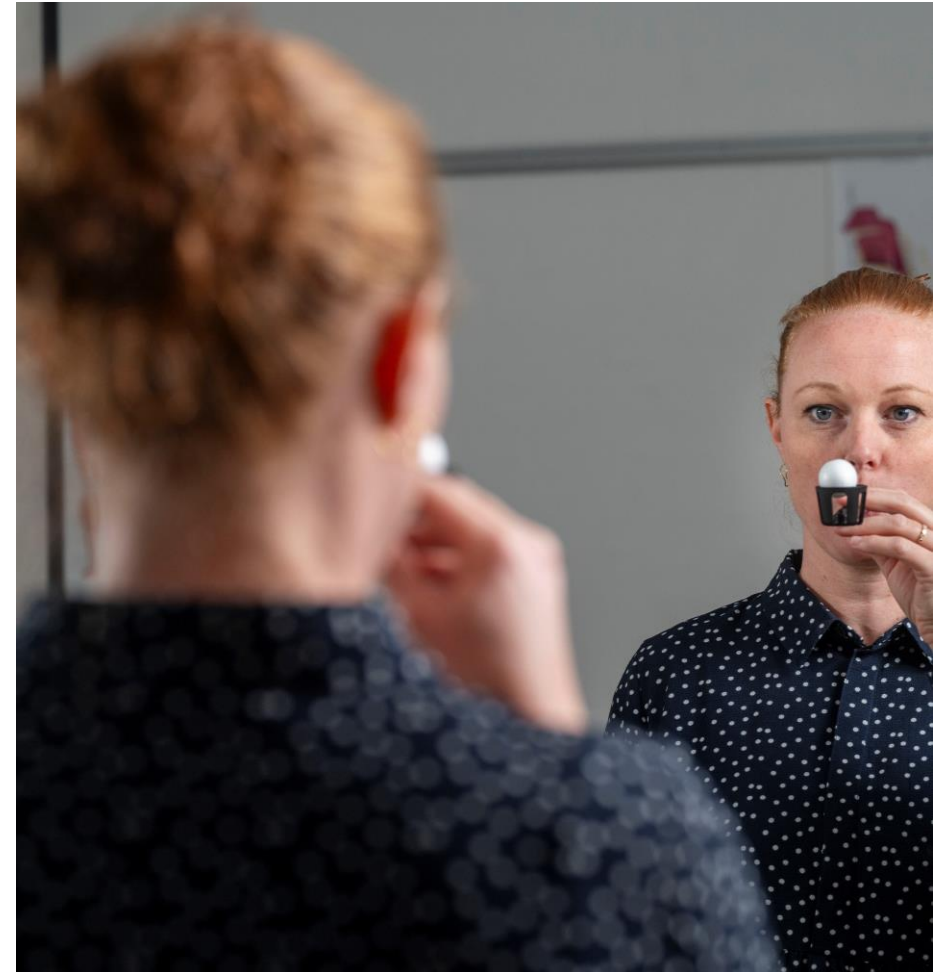


Stemmen



Dagens emner

- **Onlineundervisning**
- Inddragelse af manuel behandling i stemmeundervisningen.
- Stemme-app



Hvorfor onlineundervisning?

Corona lockdown....

- Træthed (kognitivt, fysisk mv)
- Udbytte af undervisningen (f.eks. parkinson)
- Afstande
- Bæredygtighed
- Økonomi
- Enkelt
- Inddragelse af pårørende

Onlineundervisning – hvorfor?

Afstande - træthed

Aalborg – Skagen: 117 km (1,5 time)

Aalborg – Vester Thorup: 67 km (1 time)

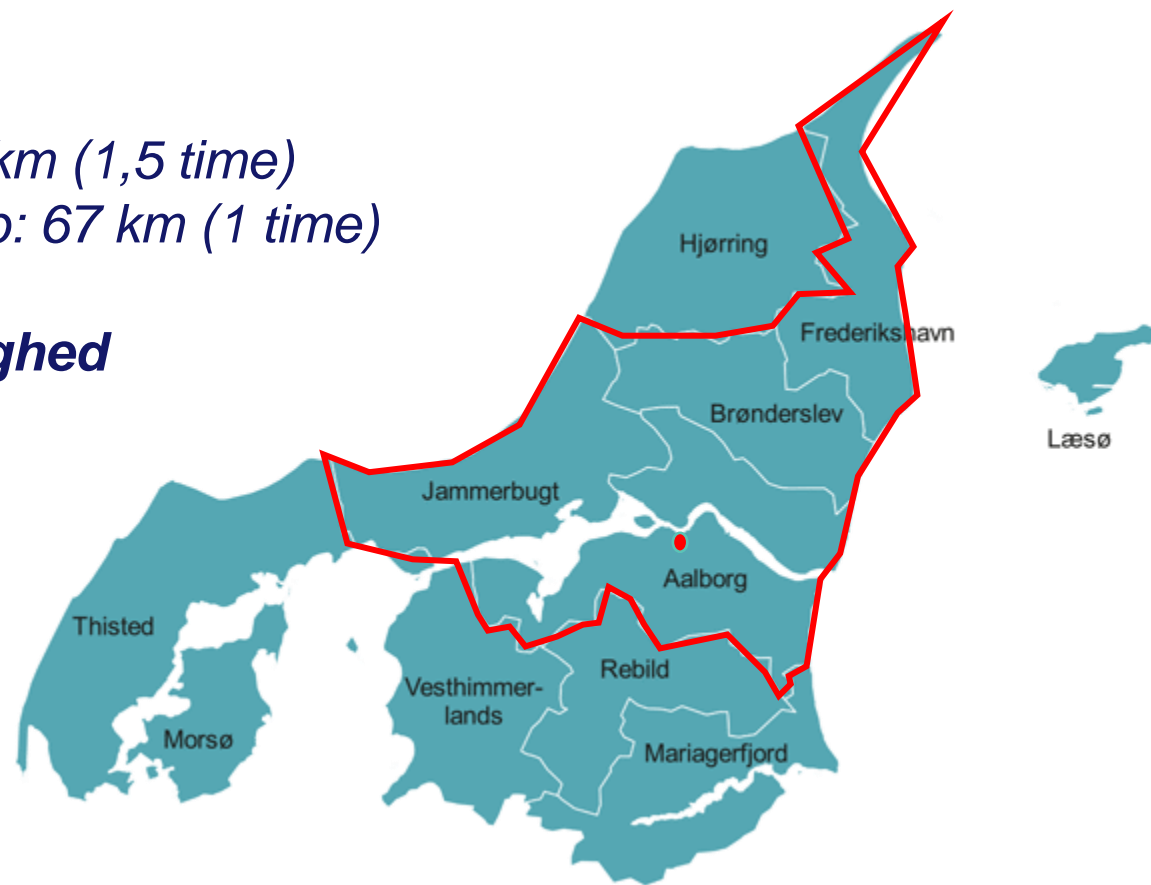
Økonomi – bæredygtighed

Tid

Effektivitet

Brændstof

Udtrætning



Hvad er parkinson?

- Fremadskridende sygdom
- Reduktion af nerveceller, som indeholder signalstoffet Dopamin
- Ofte mænd end kvinder

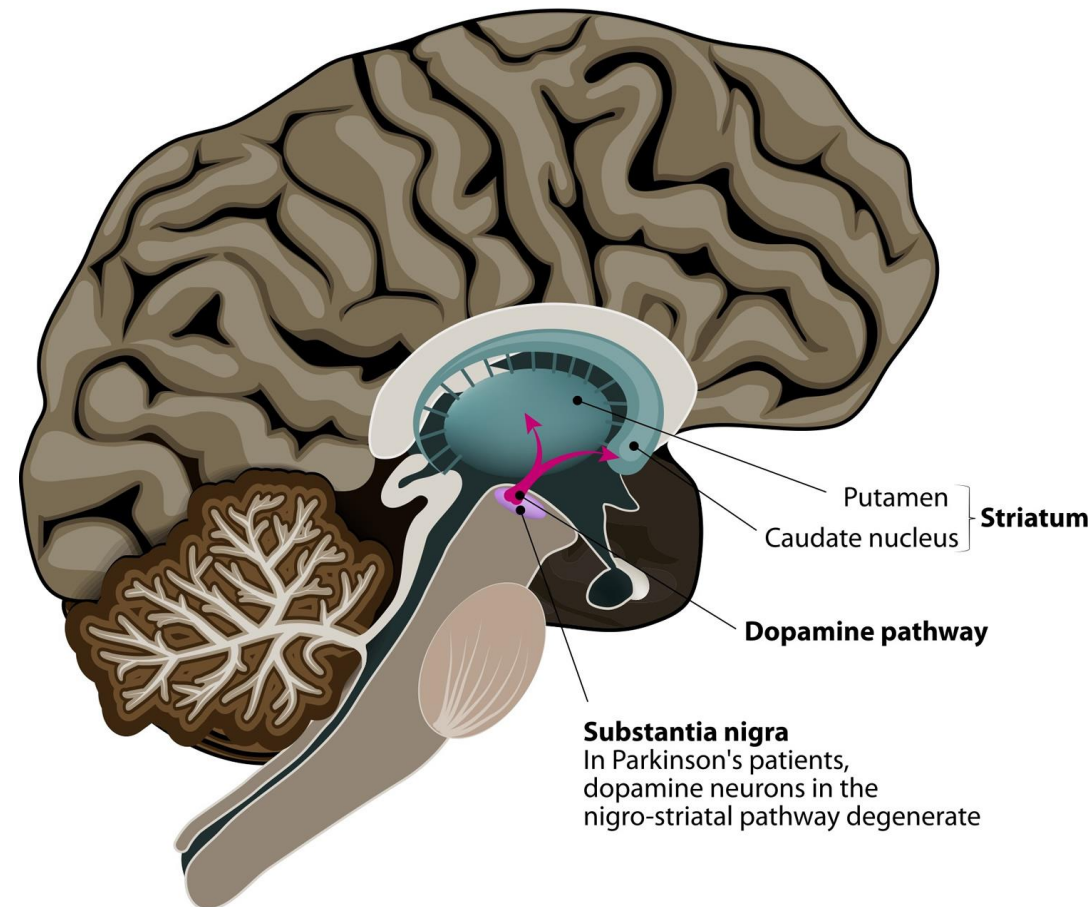
Motoriske symptomer:

- Rysten (tremor)
- Træge bevægelser (hypokinesi)
- Muskelstivhed (rigiditet)

Nonmotoriske symptomer:

- Svag stemme
- Synkebesvær/kvælningfølelse
- Synsforstyrrelser
- Påvirket hukommelse og opmærksomhed

PARKINSON'S DISEASE



[Kilde: What is Parkinson's Disease - Causes, Signs, Symptoms and Treatments \(healthjade.net\)](http://healthjade.net)

Let overskuelig indkaldelse

Tilpas den online mødeindkaldelse, så den rammer borgerens niveau.

- Tekststørrelse
- Farve
- Pile/figurer



Titel: xxx

Send opdat. Obligatorisk: Janni Holm Pedersen

Valgfri

Starttidspunkt: fr 15-03-2024 10:30 Hele dagen Tidszoner

Sluttidspunkt: fr 15-03-2024 10:55 Gør til gentagelse

Sted: Microsoft Teams-møde Lokalesegning

Hej xxx.

Vi mødes til undervisning fredag d. 15/03-24 kl. 10.30-11.00. Du skal klikke på linket for at deltage i mødet.

Microsoft Teams-møde

Deltag på din computer, mobilapp eller rumenhed
[Klik her for at deltage i mødet](#)

Meeting ID: 350 909 916 102
Adgangskode: 7FJhiX
[Download Teams](#) | [Deltag på internettet](#)

Titel: Undervisning fredag 15/03-24 kl. 10.30

Send opdat. Obligatorisk: Janni Holm Pedersen

Valgfri

Starttidspunkt: fr 15-03-2024 10:30 Hele dagen Tidszoner

Sluttidspunkt: fr 15-03-2024 11:00 Gør til gentagelse

Sted: Microsoft Teams-møde Lokalesegning

Vi mødes **fredag d. 15/03-24 kl. 10.30-11.00**. **Klik på linket her for at deltage:**

Husk **slå kamera og mikrofon til**.

Microsoft Teams-møde

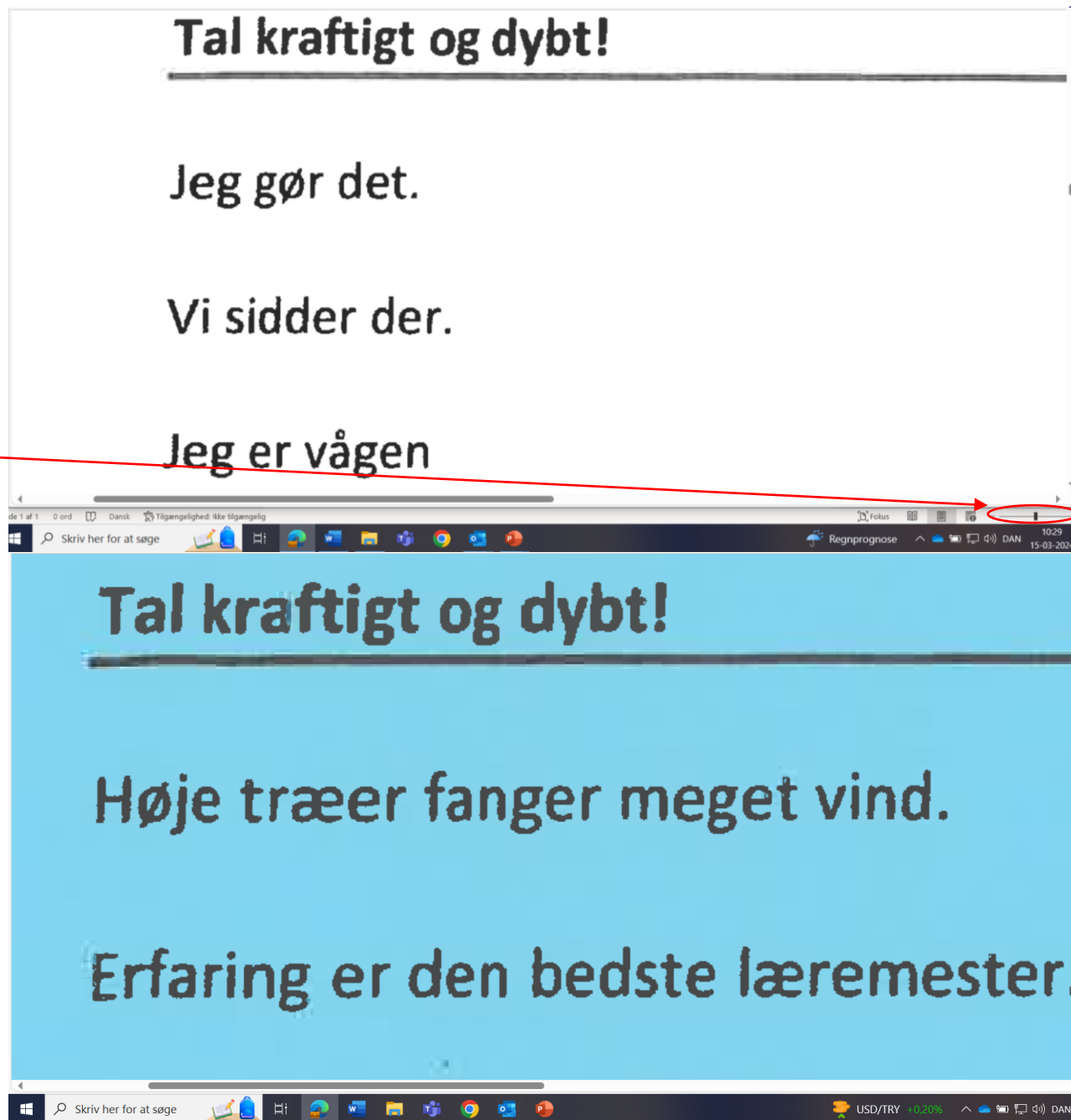
Deltag på din computer, mobilapp eller rumenhed

[Klik her for at deltage i mødet](#)

Simpel opsætning

Skærmen tilpasses:

- Størrelse
- Baggrundsfarve
- Tekstmængde



Simpel opsætning...

Skærmen tilpasses:

- Markér teksten der arbejdes med

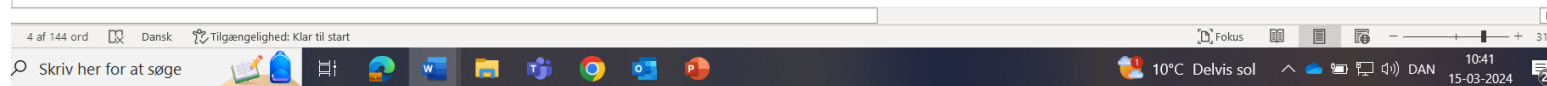
Juli.

Juli det er sommersol.

Dase i en liggestol.

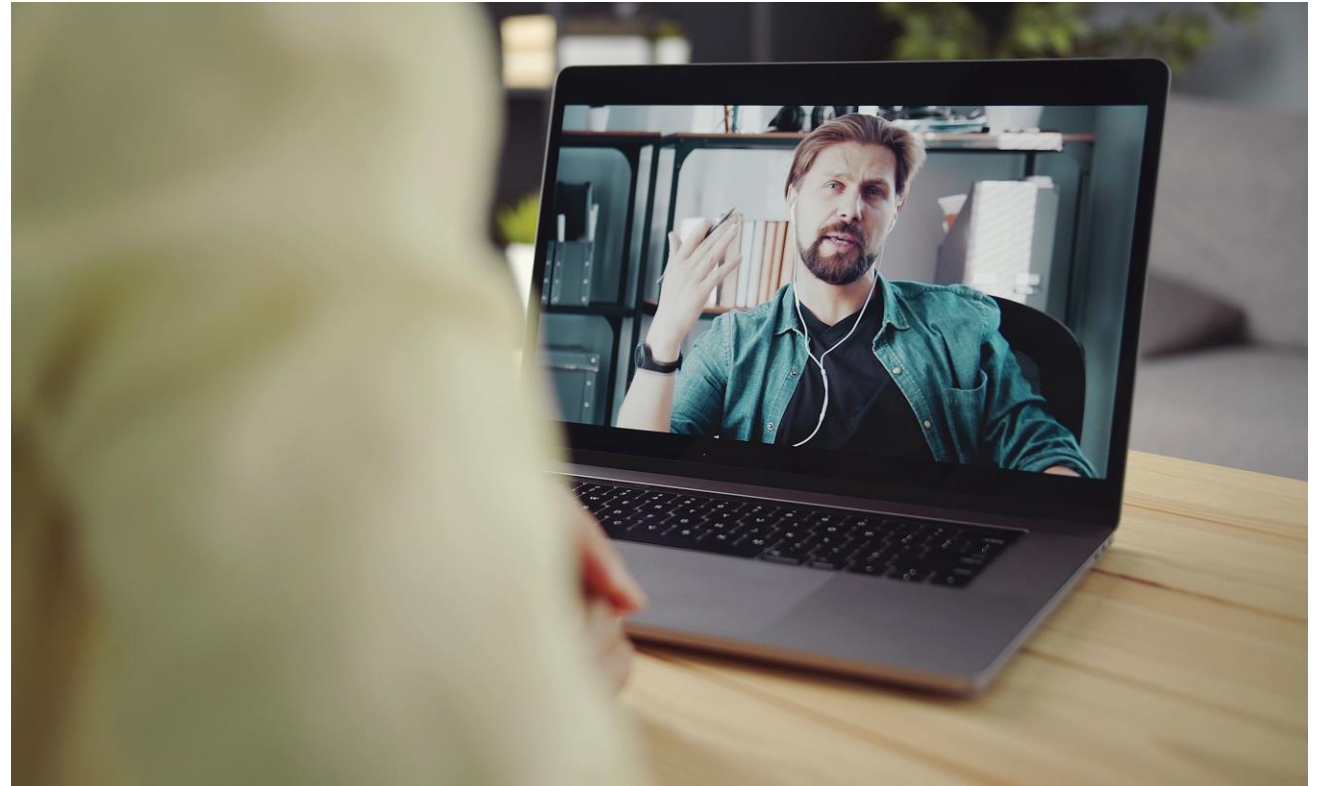
Rejse ud i Danmarks land.

Kaste sig i badevand.



Minimer forstyrrelser

- Brug headset og evt. mikrofon med støjreduktion
- Sid gerne i et lukket rum
- Ta' højde for evt. sol/lysindfald
- Sid godt – arbejdsstilling
- Vær' godt forberedt, så dokumenter der skal deles er åbne.



Øvelser til selvtræning

Lav gerne
hjemmeøvelserne som:

- Selvtræningsvideoer



Udholdt vokal






Automatiske remser

Øvelser til selvtræning....

Eller som

- Lydfiler

ØVELSE	LYDFIL
Udholdt vokal	
1. stavelsesord	
Ansigtmotorik og mimik	



Fordele

- Borger udtrættes ikke før uv.
- Materialet kan tilpasses i størrelse, form og farve
- Borger skal ikke finde øvelsesmateriale.
- Borger bliver i vante omgivelser.
- Pårørende kan let kobles på undervisningen.
- Intensiv undervisning – kan tilpasses træthedsniveau.
- Andet?

Ulemper

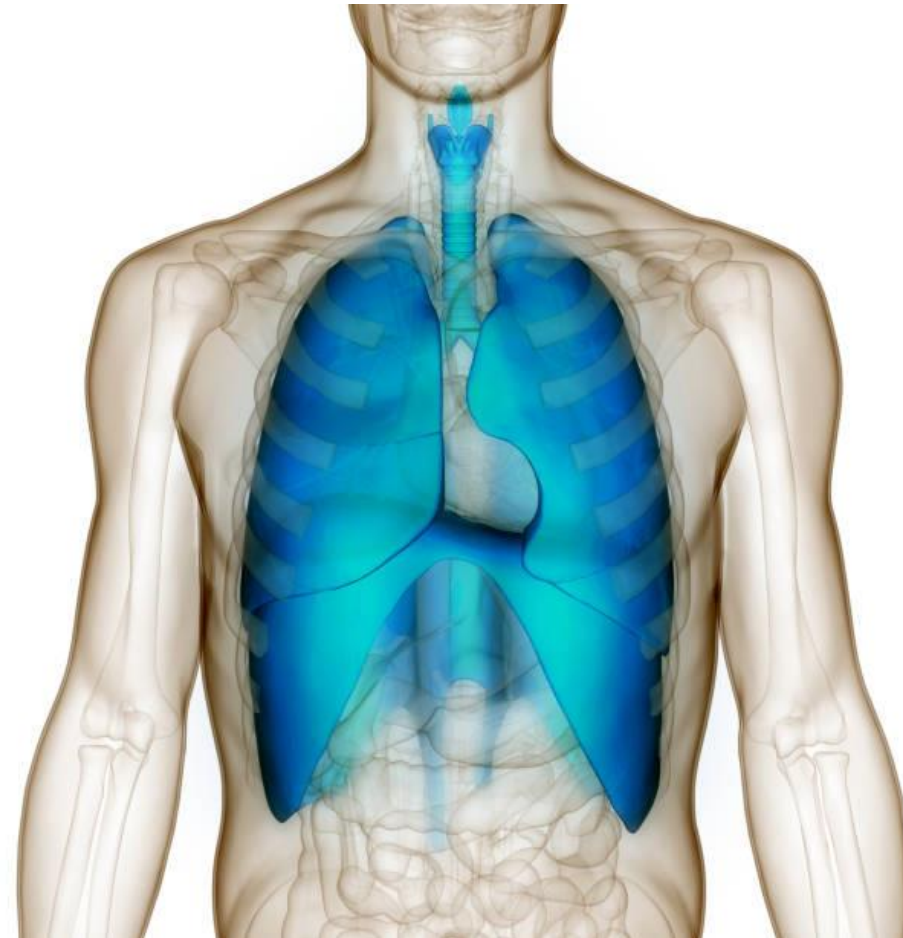
- IT udstyr og færdigheder
- Borgers internetforbindelse
- Mindre naturligt med ”small talk”
- Vi ser ikke hele kroppen
- Svært at inddrage remedier i undervisningen
- Kræver god forberedelse
- Andet?

Dagens emner

- Onlineundervisning
- **Inddragelse af manuel behandling i stemmeundervisningen.**
- Stemme-app



Stemme



Stemme er muskelarbejde

For at få en klar stemme, skal der være balance mellem **udåndingsluftens tryk** og den **spænding** der lægges muskulært på stemmelæberne samt en åben og tydelig artikulation.

Er der ikke balance mellem disse elementer – eller er der en af dem, der ikke fungerer optimalt, kan stemmen komme til at lyde ru og hæs eller helt forsvinde. Samtidig kan der blandt andet opstå spændinger og klumpfornemmelse i halsen.

Indre larynxmuskler

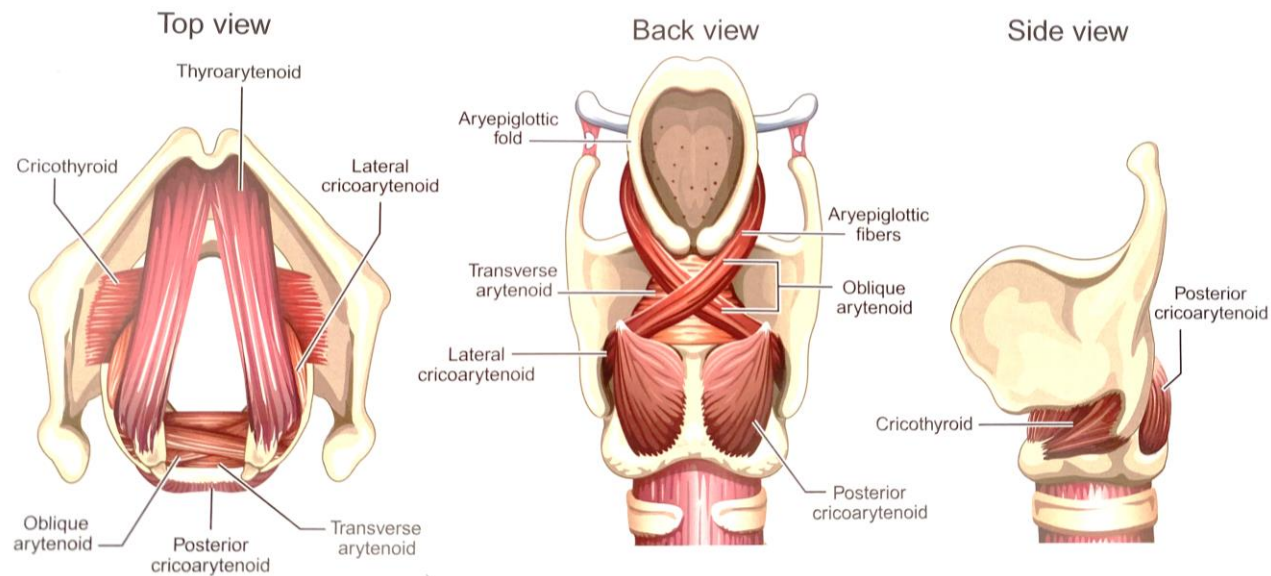
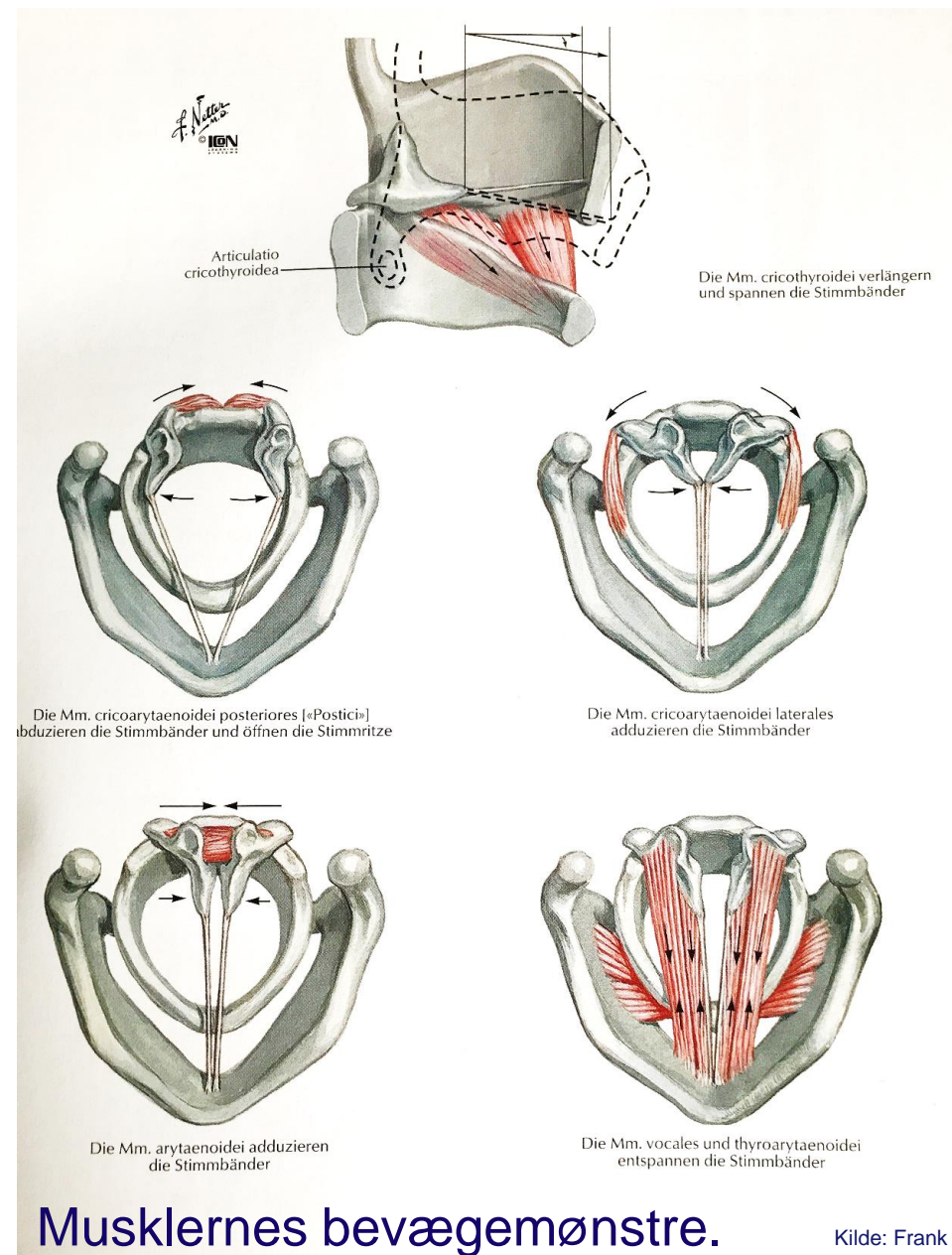


Figure 3-15. Intrinsic muscles of the larynx.

Kilde: T. J. Hixon, J. D. Hoit



Musklernes bevægemønstre.

Kilde: Frank H. Netter

Ydre larynxmuskler

Vi har en række muskler omkring struben, som er med til at styre vores stemme.

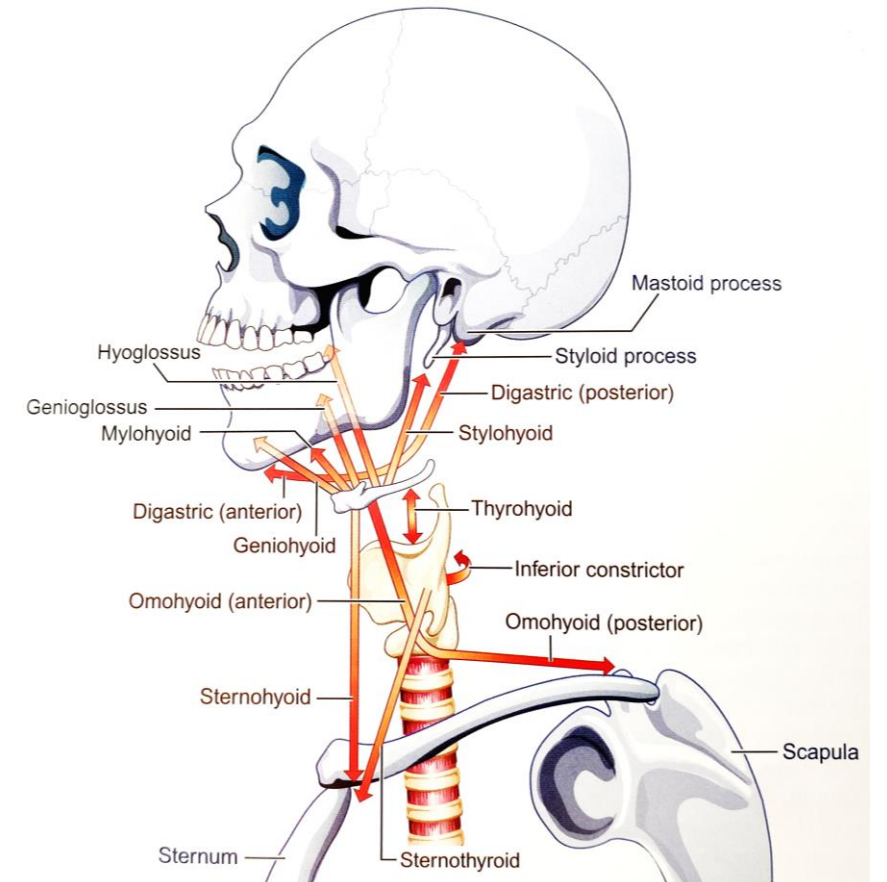
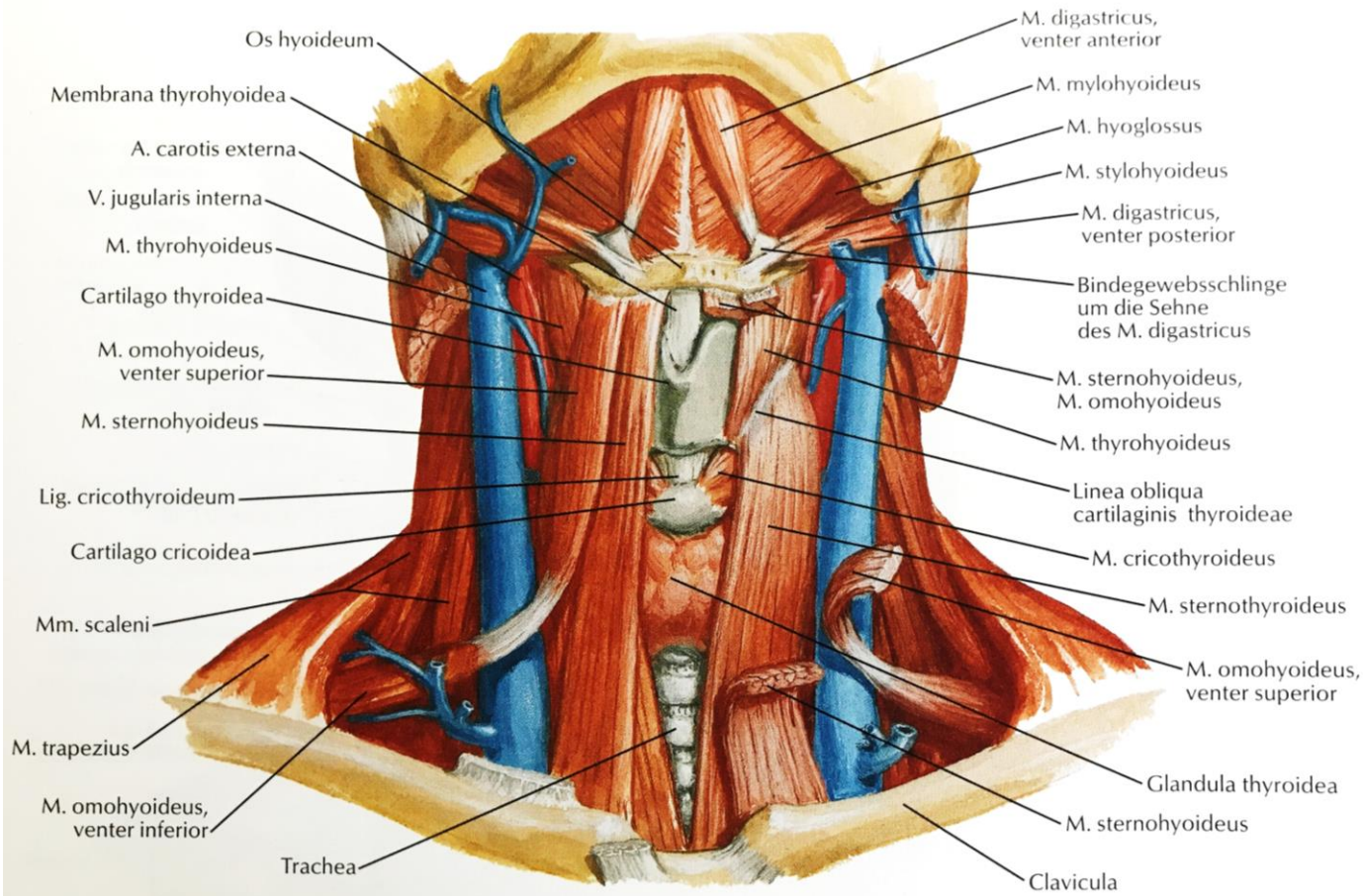


Figure 3-29. Actions of extrinsic and supplementary muscles of the larynx.

Symptomer på stemmevanskeligheder og muskulær dysfunktion

Globulus

Synkebesvær / synketrang

Hoste og rømmetrang, tør plet / slim

Følelse af spændthed / stramhed i hals

StemmeGENER, stemmetræthed

Tinnitus/ændret hørelse

Hovedpine, svimmelhed, kvalme

Følelse af ikke at have luft nok, når man taler

Smerter i brystet

Osv.....

Video



**Aalborg
Kommune**

Video - hyperfunktionel



**Aalborg
Kommune**

Manuel behandling

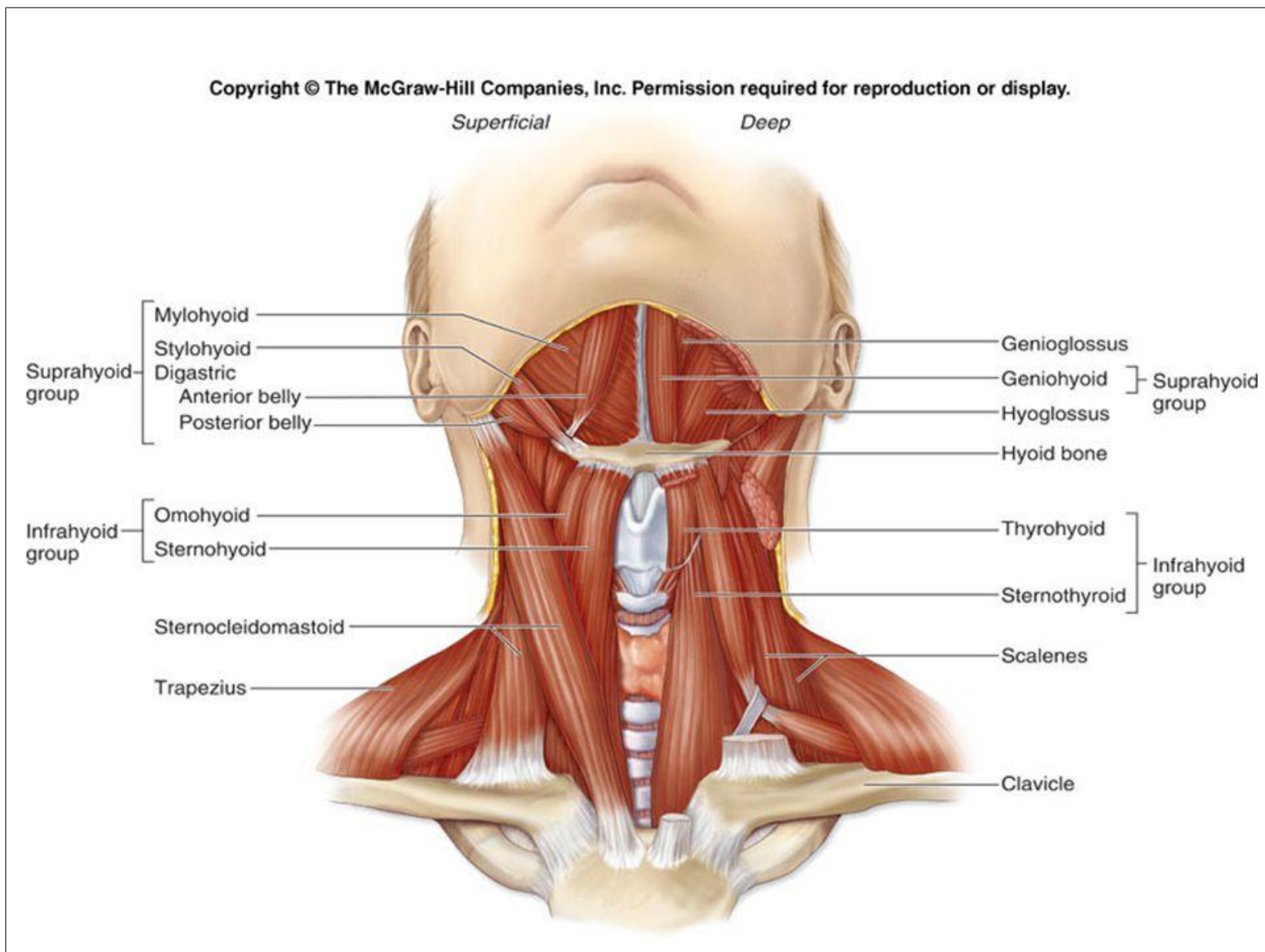
- Godt supplement til traditionel stemmeundervisning
- Giver hurtigt borgeren en følelse af, lethed og afspændthed i halsen
- Hjælper ofte borgeren hurtigere på vej.
- Der findes larynx/halsmuskler som er svære at udstrække
- Kan ikke stå alene (symptombehandling)

Suprahyoide muskler

- Genohyoideus
- Mylohyoideus
- Digastricus
- Stylohyoideus
- Constrictor med + inf.

Infrahyoide muskler

- Sternohyoideus
- Sternothyroideus
- Thyrohyoideus
- (Cricothyroideus)
- (Omohyoideus)



Manuel behandling – suprahyoide muskler



Manuel behandling – infrahyoide muskler



Manuel behandling – ydre halsmuskler



Fiberskopi af manuel behandling

[Manual therapy's internal impacts on laryngeal structures
\(youtube.com\)](#)

Manuel behandling – hvem og hvornår?

- Det er vigtigt, at man er **uddannet** i manuel behandling og har en god fornemmelse af, hvordan ”normalt væv” føles, før man starter med at behandle borgere.
- Har **god effekt** ved **stemmeborgere**, men også borgere med f.eks. parkinson eller anden type **dysartri**, hvor der findes en række spændinger.

Vi skal kende vores forholdsregler og bør være ekstra opmærksomme ved behandling af borgere med f.eks.:

- Skader af nakke og/eller ryg f.eks. slag, whiplash.
- Sygdomme i nakke/ryg f.eks. Morbus Bechterew og Scheuermann.
- Sygdomme som leddegigt, osteoporose mv.
- Stråleskadet og/eller ødematøst væv.
- Mistanke om neurologiske sygdomme, f.eks. discusprolaps, ALS mv.
- Svær psykisk sygdom, tidligere overgreb mv.



Vil du vide mere om manuel behandling?



Så er der mulighed for at tilmelde sig et kursus i manuel behandling.

I Danmark afholder Jonni Andersen, fysioterapeut og jeg bl.a. kurser i palpation og manuel behandling.

Dagens emner

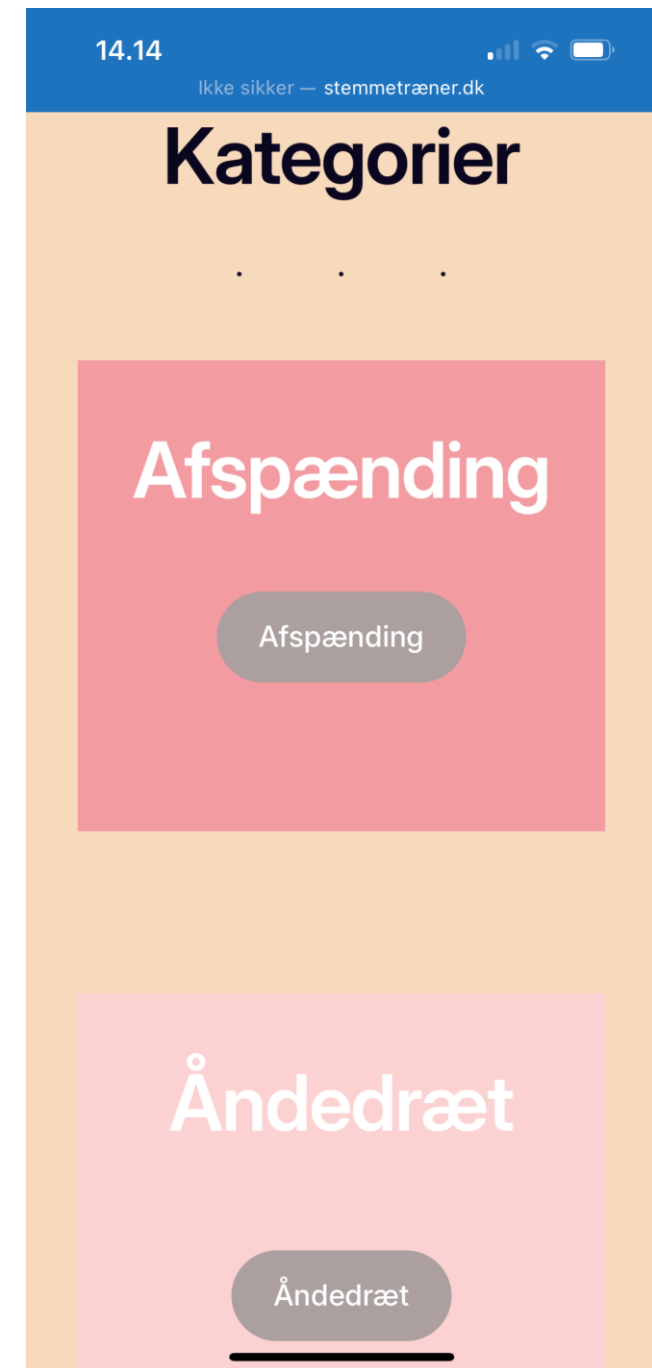
- Onlineundervisning
- Inddragelse af manuel behandling i stemmeundervisningen.
- **Stemme-app**



Stemmeapp

Vi er på Taleinstituttet og Hjerneskadecenter Nordjylland i gang med at udvikle en ny stemmeapp, som et supplement til stemmeundervisningen.

I appen findes der en række videoer til at understøtte borgerens mulighed for træning mellem undervisningsgangene.



Stemmetræner.dk

www.stemmetræner.dk

Spørgsmål og tak for idag

