

Επιτομή του βιβλίου «The voice and its disorders» - Μελέτη περιπτώσεων δυσφωνίας



Φοιτήτρια: Τσαγκαλίδου
Μαρία – Χρυσούλα

Επιβλέπουσα καθηγήτρια:
Παπαδοπούλου Σουλτάνα

ΤΕΙ Ηπείρου,
Τμήμα Λογοθεραπείας
Ιωάννινα, 2013

1ο Μέρος - Εισαγωγή

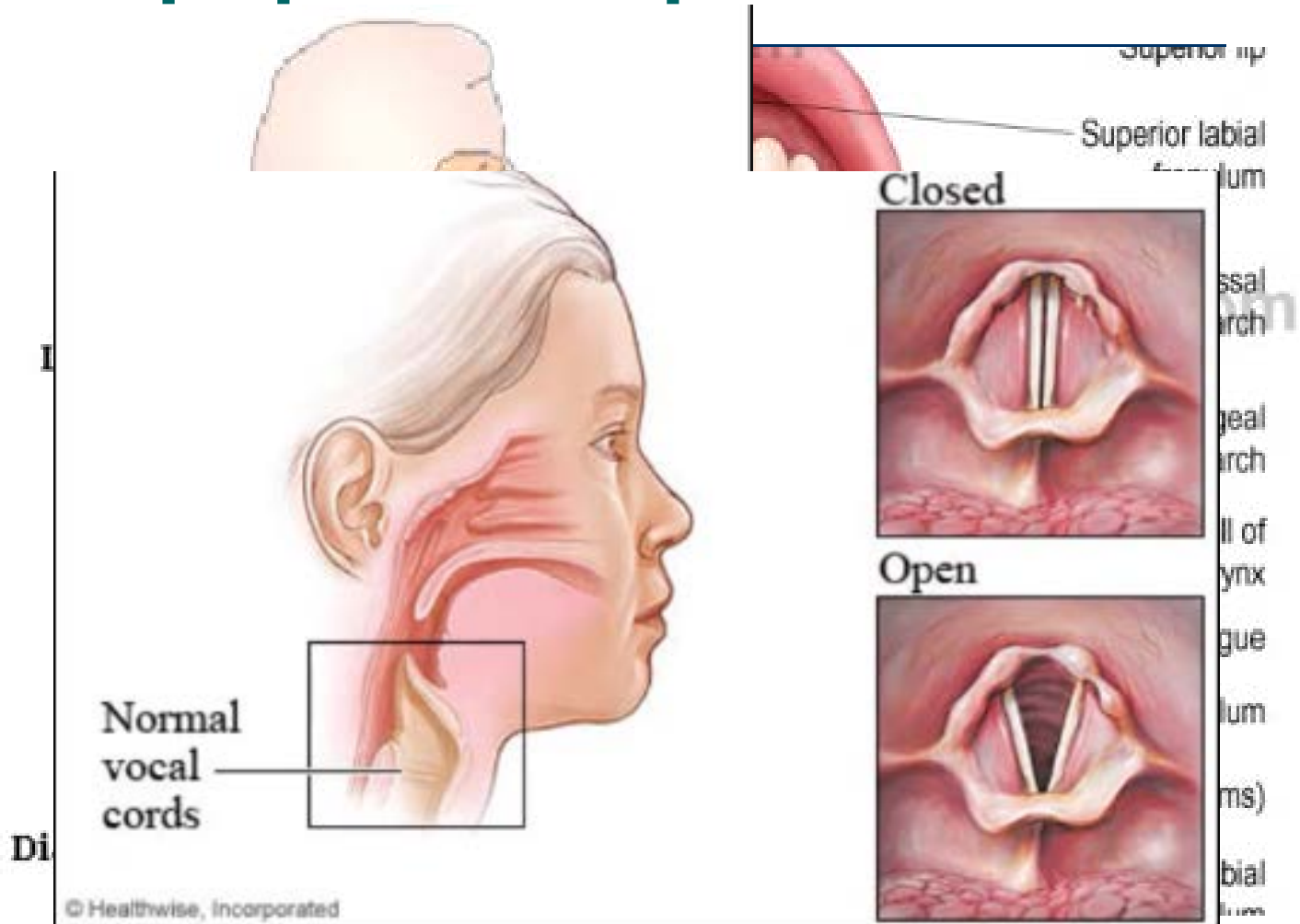
- Η φώνηση περιγράφει τη διαδικασία μέσω της οποίας παράγεται η φωνή.
- Φυσιολογική φωνή: κάθε φωνή με: Επαρκές ύψος, ποιότητα, ένταση, ευελιξία, αντοχή.

Δομές που συμμετέχουν στη φώνηση

Στη φώνηση συμμετέχουν 5 όργανα:

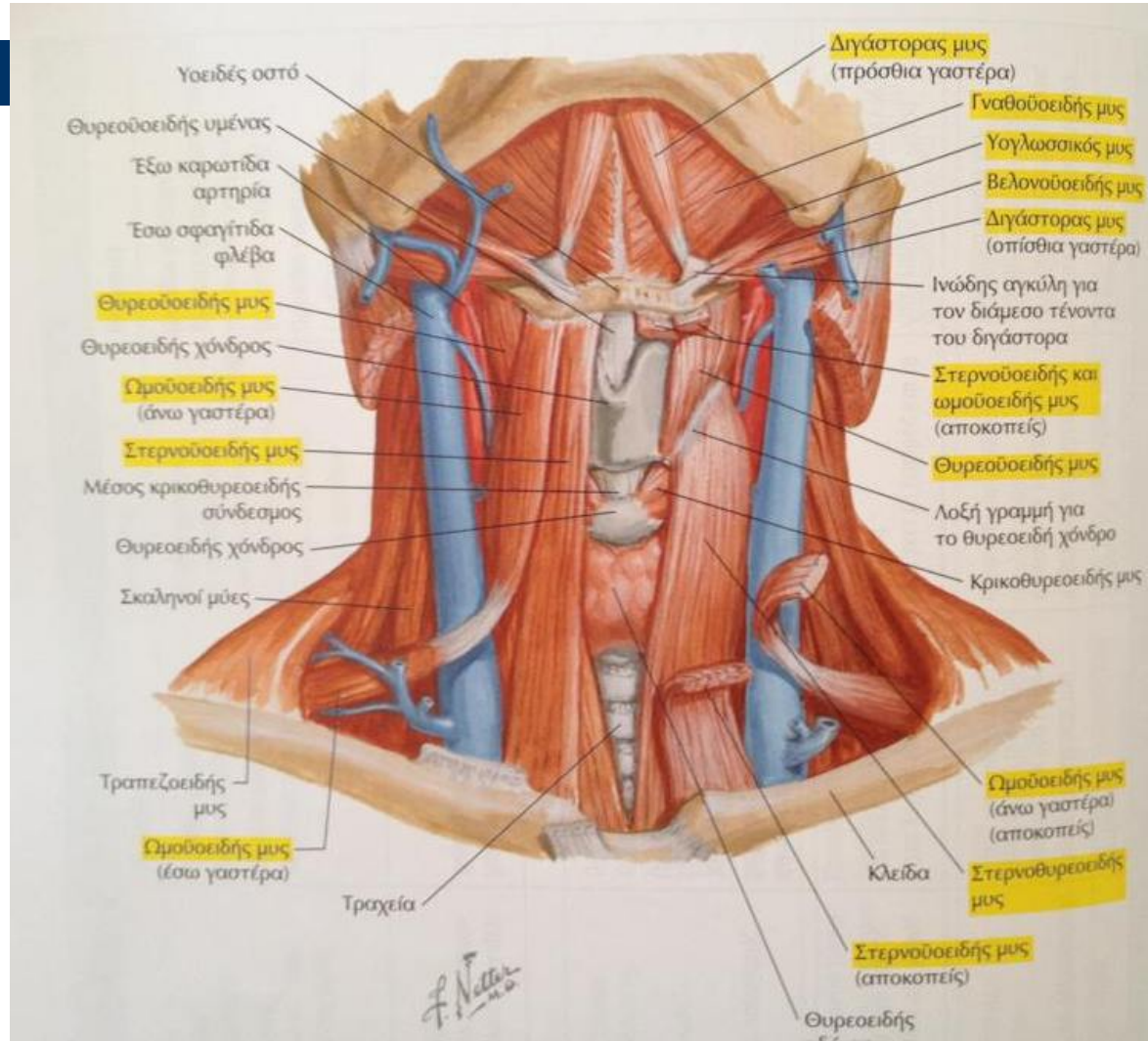
- Ο θώρακας ο οποίος χορηγεί τον υπό πίεση αέρα στις φωνητικές χορδές
- Ο λάρυγγας ο οποίος με τη δόνηση των φωνητικών χορδών παράγουν τη φωνή
- Οι φωνητικές χορδές που ταλαντώνονται και παράγουν τον ήχο
- Η στοματική και η ρινική κοιλότητα οι οποίες τροποποιούν τους ήχους.

Φώνηση: Σύνθετη διαδικασία



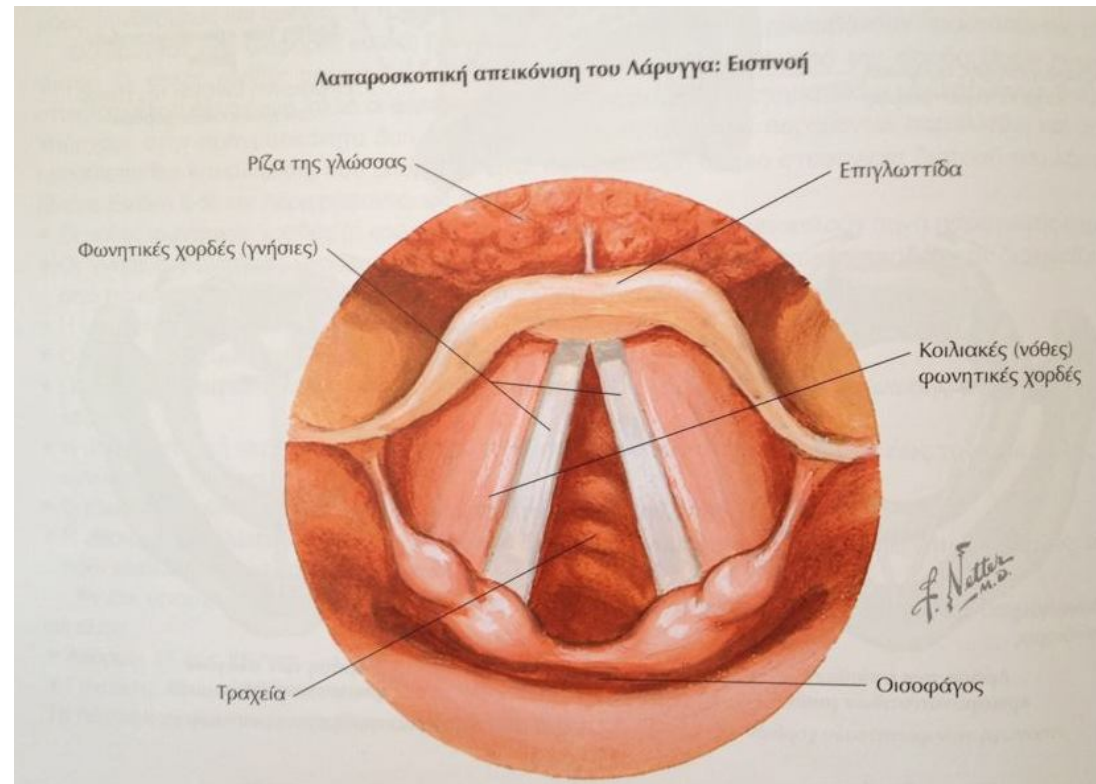
Ο Λάρυγγας

- Προστασία αεραγωγών
- Μεταφορά αέρα στους πνεύμονες
- Σταθεροποίηση του κορμού
- Τροποποίηση της αντίστασης του ανώτερου αεραγωγού



Οι Φωνητικές χορδές

Δύο μεμβράνες του λάρυγγα οι οποίες ταλαντώνονται με το ρεύμα αέρα που περνά κατά την αναπνοή και παράγεται η φωνή.



Τι ορίζουμε όμως ως διαταραχή φώνησης;

Διαταραχή φώνησης ονομάζεται οποιαδήποτε βλάβη εμφανίζεται στο λόγο στο σύστημα φώνησης, σε επίπεδο λάρυγγα.

Αιτιολογία διαταραχών φωνής

- Επάγγελμα (τραγουδιστής)
- Ψυχοκοινωνικοί παράγοντες (ηβιφωνία)
- Έπειτα από λοίμωξη (λαρυγγίτιδα)
- Νευροεκφυλιστικές νόσοι (νόσος Πάρκινσον)
- Ανατομικές ή οργανικές ανωμαλίες (οζίδια ή τραύμα)
- Συμπεριφορά θεραπευόμενου (κατάχρηση φωνής)
- Ενδοκρινολογικοί παράγοντες (υπερθυρεοειδισμός)

Συμπτώματα διαταραχών φωνής

- Απουσία φωνής
- Διακοπή φωνής κατά την ομιλία
- Αίσθημα ξηρότητας, πόνου
- Βραχνάδα
- Συχνές λοιμώξεις
- Μειωμένη ή αυξημένη ένταση
- Αλλοίωση στην ποιότητα φωνής
- Δευτερεύουσα συμπεριφορά που υποδηλώνει διαταραχή φωνής

Πώς αξιολογούμε μια τέτοιου είδους διαταραχή;

- Υποκειμενική αξιολόγηση
 - Ιστορικό
 - Ανάλυση φωνής σε ειδικά προγράμματα Η/Υ
- Αντικειμενική αξιολόγηση
 - Χρήση σταθμισμένων τεστ
 - Αντικειμενικές ιατρικές εξετάσεις

Τομείς αξιολόγησης

- Αναπνοή
- Ένταση
- Άρθρωση
- Φώνηση
- Αντήχηση
- Βασική συχνότητα
- Λάρυγγας (εξωτερική ψηλάφηση)
- Τόνος
- Προσωδία
- Ρυθμός
- Ποιότητα φωνής
- Στάση σώματος

Αξιολογούνται επίσης:

- Η Ρινικότητα
- Ο Βήχας
- Η σύγκλειση φωνητικών χορδών
- Το Κλείσιμο γλωττίδας
- Η Παρουσία και η έκταση του βλεννογόνου κύματος
- Το Πλάτος της δόνησης
- Η Υπέρ-γλωττιδική δραστηριότητα

Οργάνωση παρέμβασης

Εφόσον ο υποψήφιος για φωνοθεραπεία κριθεί κατάλληλος, ο λογοθεραπευτής θέτει στόχους θεραπείας και αποφασίζει τον τρόπο με τον οποίο θα επιτευχθούν αυτοί (τεχνικές, δραστηριότητες). Το πλάνο θεραπείας είναι εξατομικευμένο και θα πρέπει να εξυπηρετεί τις ανάγκες και εν μέρει τις προσδοκίες του θεραπευόμενου.

Φροντίδα και υγιεινή φωνητικής οδού

Καλούνται και ως συστάσεις δυσφωνίας, μερικές από αυτές είναι:

- να μιλάτε ήπια
- να αποφεύγετε να μιλάτε κόντρα στον θόρυβο του περιβάλλοντος
- να μην φωνάζετε
- να μην τραγουδάτε
- να μην ψιθυρίζετε
- να μιλάτε περιορισμένα στο τηλέφωνο
- να μειώσετε τη σκληρή γλωττιδική επίθεση
- Αν ο λαιμός σας αρχίσει να πονάει σταματήστε να μιλάτε και ξεκουράστε την φωνή σας για 30 λεπτά με μία ώρα
- Μη βήχετε δυνατά

Φροντίδα και υγιεινή φωνητικής οδού

Είναι προτιμότερο να αποφύγετε:

- το κάπνισμα τσιγάρου, πούρου και πίπας
- τα οινόπνευματώδη: το ουίσκι και τα άλλα αλκοολούχα μπορεί να είναι ανακουφιστικά αλλά προκαλούν αναισθησία στο λαιμό ενώ προκαλούν περαιτέρω ερεθισμό
- την καπνώδη, σκονισμένη ή ξερή ατμόσφαιρα
- τον καφέ
- το πολύ ζεστό, πολύ κρύο ή πολύ πικάντικο φαγητό
- τις γαργάρες
- τη δυσπεψία και την καούρα

Βοηθάει να:

- πίνετε πολύ νερό (τα ούρα σας πρέπει να είναι καθαρά)
- να κάνετε εισπνοές ατμού
- διατηρείτε την ατμόσφαιρα υγρή: ανοίξτε το παράθυρο· βάλτε φυτά στο δωμάτιο

Ήπια έναρξη φώνησης

- Στόχος: Η μείωση του βίαιου γλωττιδικού κλεισίματος, χαλάρωση του φωνητικού συστήματος.

Διαδικασία: Ο θεραπευτής ζητά από το θεραπευόμενο να εκφέρει το φώνημα /h/ και έπειτα ένα άηχο φωνήεν με φυσιολογική ένταση (συνήθως το /a/)

Εισπνευστική φώνηση

- Στόχος: Απαγωγή των νόθων φωνητικών χορδών.

Διαδικασία: Ο θεραπευτής ζητά από το θεραπευόμενο να παράγει φώνηση εισπνέοντας.

Οργανική θεραπεία φωνής/ Συμπτωματική φωνοθεραπεία

- **Στόχος: Βελτίωση φωνητικής λειτουργίας**
 - Τροποποίηση της ποιότητας της νότας
 - Μαλακή/ εύκολη φωνητική εκκίνηση
 - Τροποποίηση του τόνου
 - Βελτίωση της αντήχησης
 - Μείωση της αρθρωτικής έντασης
 - Προσαγωγή των φωνητικών χορδών στην υπέρ-λειτουργική γλωττιδική σχισμή

Τεχνικές λόγου - αναπνοής

- Στόχος: Ο έλεγχος της έντασης και της ροής του αέρα κατά την εκπνοή, συνεπώς και έλεγχος της φώνησης αβίαστα και εύκολα.

Διαδικασία: Ο θεραπευτής ελέγχει και διορθώνει τη στάση του σώματος του θεραπευόμενου. Σειρά έχει η εκμάθηση θωρακικής και διαφραγματικής αναπνοής.

Τεχνικές λόγου - αναπνοής

- Στόχος: Ο έλεγχος της έντασης και της ροής του αέρα κατά την εκπνοή, συνεπώς και έλεγχος της φώνησης αβίαστα και εύκολα.

Διαδικασία: Ο θεραπευτής ελέγχει και διορθώνει τη στάση του σώματος του θεραπευόμενου. Σειρά έχει η εκμάθηση θωρακικής και διαφραγματικής αναπνοής.

Τεχνικές λόγου - αναπνοής

3. Ο θεραπευόμενος εισπνέει βαθιά και εκπνέει εκφέροντας τα φωνήματα /j/, /s/, /f/.
4. Ο θεραπευόμενος εκπνέει εκφέροντας σε αυξανόμενο τόνο και σε σταδιακή μείωση της έντασης: sssssSSSSSSSSSSsssss.
5. Ο θεραπευόμενος εκπνέει εκφέροντας σε ρυθμικά σχήματα τα φωνήματα.
6. Ο θεραπευόμενος επαναλαμβάνει τις ασκήσεις παρατείνοντας τη διάρκεια εκφοράς των φωνημάτων.

Πρόγραμμα Θεραπείας Φωνής Lee Silverman (LSVT)

- Στόχο έχει ώστε να αυξήσει την φωνητική προσπάθεια, να μειώσει την υποχώρηση των φωνητικών χορδών και να βελτιώσει την ένταση.
- Κατάλληλο για νευρολογικές διαταραχές.
- 4 συνεδρίες/ εβδομάδα επί 1 μήνα.

Μέθοδος μασήματος Froschels

- Εμφανίστηκε από τον Froschels (1948).
- Αποσκοπεί στην μείωση του φωνητικού τόνου και εφαρμόζεται αποτελεσματικά σε περιπτώσεις οζιδίων.
- Στόχο έχει τη χαλάρωση του μηχανισμού φωνής και ομιλίας.

Χειροπρακτικές τεχνικές για την μείωση – αύξηση της έντασης του λάρυγγα

- Μέθοδος παρέμβασης με τη χρήση των χεριών.
- Κυρίως μαλάξεις στην περιοχή του λάρυγγα και γύρω από αυτή, ώμοι- αυχέννας
- Ισχυρή κλινική προσέγγιση η οποία μπορεί να βελτιώσει την φωνητική λειτουργία.

Ποιότητα φωνής - Ρινικότητα

- Πρόβλημα αντήχησης
- Εντοπίζεται στην περιοχή του ρινοφάρυγγα
- Η θεραπεία εστιάζει στην ενδυνάμωση και στην ενίσχυση του εύρους της κίνησης της μαλθακής υπερώας.(υπέρ-ρινικότητα)
- Η θεραπεία εστιάζει στο εύρος κίνησης και παράλληλα με την βελτίωση υγιεινής της μύτης και τον περιορισμό της στοματικής αναπνοής(υπό- ρινικότητα)

Νευρογενείς κινητικές διαταραχές

- Βλάβη στο κεντρικό νευρικό σύστημα
- Η θεραπεία εστιάζει λιγότερο στη βελτίωση της κατάστασης και περισσότερο στη συντήρησή της.

Απραξία - Δυσφωνία

- Λαρυγγική δυσλειτουργία
- Η θεραπεία βασίζεται:
 - Στην αξιοποίηση αντανακλαστικών
 - Στο τραγούδι
 - Στη μίμηση
 - Μελωδική Επιτονικότητας

Εγκεφαλική παράλυση

- Σύνθετες μορφές κινητικής διαταραχής
- Η παρέμβαση στη φώνηση προκύπτει από την ολιστική θεραπεία.
 - Μέθοδος Bobath
 - Μέθοδος Peto
 - Ιδιοδεκτική νευρομυϊκή διευκόλυνση

Μονομερής παράλυση φωνητικών χορδών

- Βλάβη περιφερικού νευρικού συστήματος
- Στόχος παρέμβασης:
 - Βελτίωση του γλωττιδικού συστήματος
 - Βελτίωση των σχημάτων ομιλίας και αναπνοής
 - Την πρόληψη ή εξάλειψη ακατάλληλων αντισταθμιστικών συμπεριφορών

Ψυχογενείς διαταραχές φωνής

- Βλάβη ψυχογενούς αιτιολογίας
- Εξαρτάται άμεσα από τη συμπεριφορά και την προσέγγιση από το θεραπευτή.
- Η θεραπεία περιλαμβάνει:
 - Ψυχολογική υποστήριξη και ενημέρωση για το θέμα
 - Τεχνικές διευκόλυνσης
 - Ασκήσεις φωνητικής λειτουργίας
 - Συμβουλευτική

2ο Μέρος – Μελέτη περιπτώσεων

- Από την εξέταση εξαιρέθηκαν περιπτώσεις με βαριές κινητικές αφασίες ή αντιληπτικού τύπου, περιπτώσεις ατόμων με άνοια και περιπτώσεις που κατέληξαν.
- Οι υποψήφιοι για θεραπεία ορίστηκαν επειδή είχαν κίνητρο για θεραπεία, κατάλληλες προϋποθέσεις για την εφαρμογή απλών και σύνθετων τεχνικών, και για την ποικιλία της αιτιολογίας και της παρέμβασης, που προσέφεραν στην μελέτη.

Νόσος κινητικού νευρώνα

- Γυναίκα, 48 ετών
- Διάγνωση προ 8μήνου
- Ενδείξεις δυσκαταποσίας
- Σπαστική δυσαρθρία
- Τετραπάρεση

Πρόγραμμα θεραπείας

- Συμπτωματική φωνοθεραπεία
- Τεχνικές χαλάρωσης
- Ασκήσεις αναπνοής
- Ψυχολογική ενθάρρυνση
- Συστάσεις για τη διατήρηση και τη βελτίωση της φωνητικής οδού
- Ασκήσεις δραστηριοποίησης της υπερώας
- Ασκήσεις αντήχησης
- Ασκήσεις άρθρωσης –φώνησης
- Ασκήσεις προσωδίας

Πολύποδας φωνητικών χορδών

- Άνδρας, 22 ετών
- Διάγνωση προ 2ετίας για οζίδια και προ 2μήνου για πολύποδα
- Θεραπεία συνδυαστική με χειρουργική επέμβαση

Πρόγραμμα θεραπείας

- Ψυχολογική υποστήριξη για τη διαταραχή
- Συμπτωματική φωνοθεραπεία
- Ασκήσεις αναπνοής
- Ασκήσεις φώνησης – άρθρωσης
- Ασκήσεις χαλάρωσης λάρυγγα
- Ασκήσεις τροποποίησης έντασης
- Συστάσεις δυσφωνίας

Απραξία φωνής

- Γυναίκα, 80 ετών
- ΑΕΕ
- Πάρεση VII

Πρόγραμμα θεραπείας

- Αναπνευστικές ασκήσεις
- Παραγωγή ήχου
- Αυξομείωση έντασης
- Εξέλιξη αντήχησης
- Εκμάθηση άρθρωσης –φώνησης

Μονόπλευρη παράλυση φωνητικής χορδής

- Άνδρας, 67 ετών
- Πολλαπλά ισχαιμικά επεισόδια
- Πάρεση VII, X, XII

Πρόγραμμα Θεραπείας

- Συστάσεις δυσφωνίας
- Ψυχολογική υποστήριξη για τη διαταραχή
- Ασκήσεις αναπνοής
- Ασκήσεις φώνησης – άρθρωσης
- Ασκήσεις τροποποίησης έντασης
- Ασκήσεις αντήχησης
- Ασκήσεις προσωδίας
- Άλλες ασκήσεις

Υπερτονία

- Άνδρας, 78 ετών
- ΑΕΕ προ 2ετίας
- Υπερτονία σιαγόνας, πάρεση VII, X, XII

Πρόγραμμα Θεραπείας

- Αναπνευστικές ασκήσεις
- Ασκήσεις δραστηριοποίησης της υπερώας
- Ασκήσεις φώνησης
- Ψυχολογική υποστήριξη για τη διαταραχή και συστάσεις δυσφωνίας
- Ασκήσεις χαλάρωσης της γνάθου
- Ασκήσεις για την παράλυση της φωνητικής χορδής

Ψυχογενής διαταραχή φωνής

- Άνδρας, 72 ετών
- ΑΕΕ
- Ψυχοκοινωνικοί παράγοντες

Πρόγραμμα θεραπείας

- Ψυχολογική υποστήριξη για τη διαταραχή
- Αντιμετώπιση διαταραχής άρθρωσης
- Δημιουργία φιλικού περιβάλλοντος για το θεραπευόμενο
- Εξοικείωση με την κατάσταση
- Τμηματική συμπτωματική θεραπεία
- Ασκήσεις άρθρωσης- αναπνοής - φώνησης

Συμπεράσματα

- Υπάρχουν παράγοντες που επηρεάζουν το ποσοστό επιτυχίας της κάθε παρέμβασης.
- Όσο πιο άμεσα γίνεται η παρέμβαση τόσο πιο θετικά είναι τα αποτελέσματα.
- Οι διαταραχές της φωνής είναι αντιμετωπίσιμες.
- Τα ποσοστά που προκύπτουν από σταθμισμένες κλίμακες και αντιπροσωπεύουν την πρόοδο της διαταραχής διαφέρουν μεταξύ τους.
- Κάθε σταθμισμένη κλίμακα συμβάλει στην ολοκλήρωση της διαμόρφωσης της εικόνας για μια διαταραχή.

Βιβλιογραφία

ΞΕΝΗ ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

- David H. McFarland (2011) Εικονογραφημένο εγχειρίδιο ανατομίας λόγου, κατάποσης και ακοής (Θ. Πιπερός, Γ. Σκάρπας, Ν. Καπώνη, Κ. Θεοδούλου. Μεταφ) Αθήνα: Π. Χ. Πασχαλίδης
- Greene M.C.L, Mathieson L. (2001) The Voice and its Disorders, 6th edn. London: Whurr Publishers Ltd.
- Harris T., Harris S., Rubin J.S., Howard D.M. (1998) The Voice Clinic Handbook, London: Whurr Publishers Ltd.
- Colton R.H., Casper J.K. (1990) Understanding Voice Problems. Baltimore: Williams & Wilkins.
- Fawcus M. (1990) Voice Disorders and their Management, Fawcus M, ed. London: Croom Helm.
- Dorland's (1997), Ιατρικό λεξικό Αγγλοελληνικό & Ελληνοαγγλικό (Αλέξανδρος Κ. Κατούλης Μεταφ) Αθήνα: Π. Χ. Πασχαλίδης
- Annita Kittel (2000), Μυολειτουργική θεραπεία, (Ρουσβανίδου Δήμητρα, Τιτόκη Ιωάννα Μεταφ), Θεσσαλονίκη: Εκδόσεις Ρόδων
- Alison Behrman, John Haskell (2008), Exercises for voice therapy, United Kingdom: Plural Publishing
- Arnold E. Aronson, Diane M. Bless (2009), Clinical Voice Disorders, New York: Thieme

ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

- Ναυσικά Ζιάβρα, Αντώνης Σκεύας (2009) Ωτορινολαρυγγολογία- Στοιχεία ανατομίας, φυσιολογίας και παθολογίας, Θεσσαλονίκη: university studio press
- Καμπανάρου Μ. (2007) Διαγνωστικά Θέματα Λογοθεραπείας, Αθήνα: Έλλην
- Λ. Μεσσήνης, Γ. Αντωνιάδης (2010) Διαταραχές κατάποσης – Δυσφαγία, Αθήνα: Έλλην

Βιβλιογραφία

ΙΣΤΟΣ

- <http://ajslp.asha.org/cgi/content/abstract/6/3/66>
- http://www.google.gr/imgres?um=1&newwindow=1&sa=X&hl=el&biw=1092&bih=480&tbm=isch&tbnid=es2SLGx5P_C6aM:&imgrefurl=http://www.youtube.com/watch%3Fv%3DP5HbnhzPmUo&docid=z0Fh26FK1uHYMM&imgurl=http://i1.ytimg.com/vi/P5HbnhzPmUo/maxresdefault.jpg&w=1280&h=720&ei=OHgrUpP8JlbdswaNuoCADg&zoom=1&ved=1t:3588,r:14,s:0,i:122&iact=rc&page=2&tbnh=156&tbnw=241&start=9&ndsp=14&tx=125&ty=47
- www.thedoctors.gr
- http://www.moumoulidis-ori.gr/ar8ro05_braxnadastinfwni.htm
- <http://www.kazanas.com.gr/pathiseis.asp?pid=35>
- www.drpaulose.com
- http://www.google.gr/imgres?um=1&newwindow=1&sa=X&hl=el&biw=1092&bih=480&tbm=isch&tbnid=es2SLGx5P_C6aM:&imgrefurl=http://www.youtube.com/watch%3Fv%3DP5HbnhzPmUo&docid=z0Fh26FK1uHYMM&imgurl=http://i1.ytimg.com/vi/P5HbnhzPmUo/maxresdefault.jpg&w=1280&h=720&ei=OHgrUpP8JlbdswaNuoCADg&zoom=1&ved=1t:3588,r:14,s:0,i:122&iact=rc&page=2&tbnh=156&tbnw=241&start=9&ndsp=14&tx=125&ty=47
- www.ygeia.gr
- www.pubmed.com
- http://www.i-l-fitness-jp.com/aboutbody/muscle/detail_162.html
- <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmedhealth/PMH0030011/>
- <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmedhealth/PMH0011607/>
- <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/23866839>

Ευχαριστώ για την προσοχή σας!



**Η Ομιλία είναι από
μόνη της πολιτισμός.**

*Thomas Mann, 1875-1955, Γερμανός
συγγραφέας [Νόμπελ 1929]*