

Logopedische behandeling adem

Adem is een basisvoorwaarde om te kunnen spreken. Een verkeerde ademtechniek kan leiden tot hyperventilatie, benauwdheid, onduidelijke spraak en stemklachten. Door te weinig adem kunnen er maar weinig woorden na elkaar gezegd worden. Er wordt vaak en duidelijk hoorbaar ingeademd, soms op onlogische punten tijdens het spreken. Het spreken is hierdoor moeilijker te verstaan. Door de manier van ademen tijdens het spreken worden de stembanden overbelast en heesheid kan het gevolg zijn. Langer spreken is vermoeiend. Dit zijn ook klachten van mensen met Astma en COPD.

In de logopedische behandeling wordt gewerkt aan een goede lichaamshouding, ademhaling en stemgeving. Ik kan u verschillende technieken aanleren of bestaande technieken verbeteren. Daarbij werken we toe naar een evenwichtige manier van stemgeving. Resonantie (de draagkracht van de stem) en articulatie (duidelijke uitspraak) spelen hierbij ook een rol. Bij de therapie nemen stem hygiënische adviezen, zoals bijvoorbeeld het afleren van veelvuldig kuchen of keelschrapen, een belangrijke plaats in.

Bij kinderen is het afleren van stem belastende gewoontes als veel schreeuwen en gekke stemmetjes nadoen een belangrijk behandeldoel.

