

Röstbesvär av organisk eller funktionell art - logoped riktlinje

Vårdnivå, samverkan och remissrutiner

Personer som är aktuella för logopedkontakt är de som söker för långvariga röstbesvär eller långvarig heshet, rösttrötthet eller nedsatt delaktighet i socialt liv som beror på svårigheter att använda rösten. Personen remitteras då först till ÖNH-specialist för undersökning av stämband och svalg för utredning av eventuell anatomisk orsak. Vid behov skickas sedan remiss till logoped inom Rehabiliteringscentrum i aktuell länsdel; Jönköping, Eksjö, Värnamo.

Om hälsotillståndet

Många har rösträvande yrken, exempelvis lärare, förskolepersonal eller säljare. Distansarbete med kontakter via dator eller telefon innebär också en ökad röstanssträngning för många. Rösten påverkas av stress, trötthet, kroppshållning och egen röstteknik. Den omgivande miljön så som damm, luftkvalitet och omgivningsljud är också påverkande faktorer, tillika med rökning och en hel del läkemedel. Röstbesvär kan också uppstå i samband med sjukdom, operation eller olycksfall som skadat stämbanden eller nerverna som styr dem. Vid röstbesvär kan rösten låta hes och skrovlig och det kan vara ansträngande att göra sig hörd. Röstbesvär kan också upplevas som trötthet och/eller värk i musklerna kring struphuvudet, eller som en klump i svalget.

Utredning

Logopeden gör en akustisk röstanalys och en perceptuell bedömning av rösten, som tillsammans med öron, näs-, halsspecialistens undersökning ligger till grund för beslut om åtgärder. Samtal kring röstergonomi och andra omgivningsfaktorer ingår i utredningen samt bedömning av egen motivation att påverka sitt röstbeteende. I avvaktan på behandlingsstart kan personen påbörja egen träning med stöd av material från logoped på 1177 röstterapi. Informationsbroschyr med generella röstråd erhålls.

Behandling

Logopeden ger råd och information kring röst användning och röstergonomi. Behandlingen syftar till en mer skonsam röst användning genom att optimera andnings- och röstteknik. Tillsammans med patienten upprättas en individuell behandlingsplan som kan innehålla enstaka besök med rådgivning eller flera besök, för röstbehandling som följs upp med träning i hemmet och tillämpning i vardagen. Behandlingen syftar till medvetenhet om röstbeteende och en varaktig beteendeförändring. Antalet behandlingstillfällen varierar, men ligger ofta omkring 3-5.

I vissa fall kan personen vara i behov av en röstförstärkare. Det är ett hjälpmedel som förskrivs av logoped och lånas från Hjälpmedelscentralen. Hjälpmedel som krävs för att utföra sitt arbete faller under arbetsgivarens ansvar, men logopeden kan bistå med rådgivning.

Mål och uppföljning

Personen med röstbesvär ska ha tillägnat sig en god grundläggande röstteknik för att kunna använda rösten på ett funktionellt och skonsamt sätt. Målet anses uppfyllt då personens röst fungerar för vardagens behov. Inom det närmsta året efter behandlingen får patienten själv höra av sig till logoped igen vid förnyat behov utan föregående undersökning av ÖNH-läkare.

Referenser

- Arbetsmiljöverket. (2011). Yrkesrelaterade röststörningar och röstergonomi. Stockholm: Arbetsmiljöverket
- Elliot, N. (2009). Röstboken. Lund: Studentlitteratur AB.
- Laukkanen, A-M. (1992) About the so called "resonance tubes" used in Finnish voice training practice. Logopedics Phoniatrics Vocology 17(3-4), 151-161
- Story B, Laukkanen A-M & Titze, I. (2000). Acoustic impedance of an artificially lengthened and constricted vocal tract. Journal of Voice 14(4), 445–69.
- Titze, I. (2006). Voice training and therapy with a semi-occluded vocal tract: rationale and scientific underpinnings. Journal of Speech, Language and Hearing Research 49(2), 448–59. DOI: 10.1044/1092-4388(2006/035)

- Iwarsson J. Reflections on clinical expertise and silent know-how in voice therapy. *Logoped Phoniatr Vocol.* 2015 Jul;40(2):66-71. doi: 10.3109/14015439.2014.949302. Epub 2014 Aug 11. PMID: 25110954.
- Iwarsson J. Facilitating behavioral learning and habit change in voice therapy--theoretic premises and practical strategies. *Logoped Phoniatr Vocol.* 2015 Dec;40(4):179-86. doi: 10.3109/14015439.2014.936498. Epub 2014 Jul 23. PMID: 25054888.
- Verdolini K. Principles of skill Acquisition applied to Voice training. In *Views on Voice by 24 Leading Teachers, Coaches and Directors.* Applause Books (2000) ISBN-13: 978-1557832825
- Hartelius, Lena, Nettelbladt, Ulrika, Hammarberg, Britta. *Logopedi.* Studentlitteratur AB, 2007. ISBN: 9789144038865