

# Logopedie bij de ziekte van Parkinson: Lisa Scheepens

## Parkinson-café Amsterdam 15 oktober 2024

Logopediepraktijk Oost: Vrolikstraat 191-D, 1091 TW Amsterdam en Niasstraat 39, 1095 TV Amsterdam

Vragen aan Lisa? [lscheepens@logopedieoost.nl](mailto:lscheepens@logopedieoost.nl)

### Wanneer kunt u bij een logopedist terecht?

- Struikelen over woorden, hese stem, onvoldoende verstaanbaar spreken.
- Moeilijkheden met slikken van eten, drinken of medicatie.
- Speekselverlies.

### Veranderingen in spraak en stem

- Adem te kort, benauwdheid waardoor te weinig spreekadem
- Hese stem
- Stijve mond- en keelspieren
- Verminderde articulatie

### Logopedische therapie (PLVT = pitch limiting voice treatment)

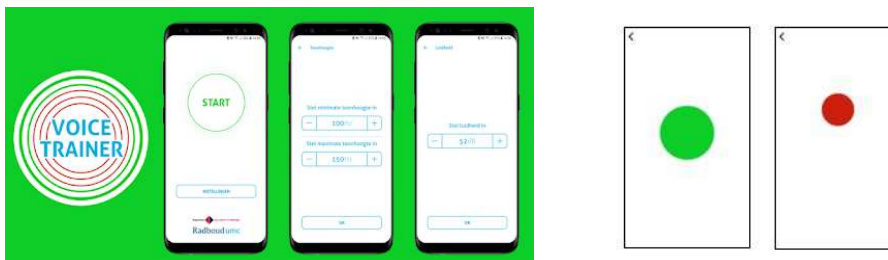
- Luid en laag
- Bewezen effectief
- 4-6 weken intensief trainen (3x per week logopedie)
- 'Light' versie mogelijk
- Onderhoudstherapie – 1x p.m. groepstherapie

### Oefening!

- Ga zo rechtop mogelijk zitten
- Voorbereidende oefening: appels plukken, draaien.
- Glijden op een AAAA van hoog naar laag
- Stabiele luide en lage toon op een AAAAA



## Voice Trainer App



Radboud UMC informatie (met links naar de app voor Apple en Android):

<https://www.radboudumc.nl/afdelingen/revalidatie/voice-trainer/waar-vind-ik-de-voice-trainer>

### Communicatie

- Groepsgesprekken
- Woordvinding
- Mondbeeld
- Omgeving

Leestip: “*Ommetjes in het Parkinsonbrein*” van Marina Noordegraaf

<https://uitgeverijabessijn.nl/boeken/ommetjes-door-het-parkinsonbrein/>

### Slikmoeilijkheden

- Eten zakt niet goed.
- Eten blijft in de keel zitten.
- Moeite met wegslikken medicatie.

Slikken is een activiteit waarbij de timing erg belangrijk is. De samenwerking van spieren in de mond, keel en hals.

### Algemene tips om het slikken te verbeteren

- Zit zo rechtop mogelijk.
- Zit aan tafel.
- Drink en eet bewust, met aandacht.
- Vermijd afleidingen (t.v., iemand die achter je staat).
- Kijk je glas na of naar je bord wanneer je slikt.
- Pillen met appelmoes.

- Gloup slikgel (zonder recept bij de apotheek te halen). <https://www.gloup.eu/nl/>

### **Speekselverlies**

- Onderzoek: je slikt minder vaak dan voorheen.
- Zwaartekracht: bukken, veters strikken, lezen, koken.
- Afleiding, focus op iets anders zoals koken, lezen etc.
- Soms alleen in de nacht.

### **Tips om speekselverlies te voorkomen/verminderen**

- Slik vaker (re-mind), bewustzijn.
- Reminders: boekenlegger, post-it, horloge, partner/mantelzorger/familie.
- Mondpleisters voor de nacht.

Onvoldoende? Overleg met neuroloog voor medicatie (droogt mond uit om speekselverlies te verminderen/voorkomen).

### **Extra informatie**

- *“Je vermoeidheid te lijf”* Annemarië Fleming: <https://www.bol.com/nl/nl/f/je-vermoeidheid-te-lijf/9300000062914895/>
- Slikken: Gloup slikgel (zonder recept bij de apotheek te halen). <https://www.gloup.eu/nl/>
- Re-mind (trilapparaatje om je te herinneren om te slikken): <https://www.re-mind.care/product/re-mind-speech/>
- XyliMelts tegen droge mond: [https://www.bol.com/nl/nl/p/xylimelts-milde-munt-voor-droge-mond/9200000132605335/?bltgh=o-It7HHSUbt77HWZrgxMnw.2\\_62.63.ProductImage](https://www.bol.com/nl/nl/p/xylimelts-milde-munt-voor-droge-mond/9200000132605335/?bltgh=o-It7HHSUbt77HWZrgxMnw.2_62.63.ProductImage)
- Mondpleisters: Lisa adviseert maat L, tenzij je een kleine mond hebt.
  - <https://www.webshop-omft.info/a-63467766/omft-materialen/myotape/>
  - Voor de gevoelige huid: <https://www.webshop-omft.info/a-85947620/omft-materialen/myotape-sensitive-voor-de-gevoelige-huid/>
  - In geval van een baard/snor: <https://www.webshop-omft.info/a-85516737/omft-materialen/lip-tape-van-myospots/>
- Stuk over stem en communicatie uit het Handboek Parkinson Symptomen is een aparte bijlage in ‘verslagen’ geworden.