

# LOGOPEDIE



## **NATIONAAL MULTIPLE SCLEROSE CENTRUM MELSBROEK**

Versie 4 december 2008

### **Logopedie**

Mensen met multiple sclerose kunnen problemen ervaren van verschillende aard. Zo kunnen het zich begrijpbaar uitdrukken, het begrijpen van anderen en moeilijker slikken enkele van die problemen zijn. Logopedie richt zich op deze 2 domeinen: communicatie en slikken.

Als u een soortgelijk probleem ervaart, helpen wij u graag.

Bij communicatie draait alles rond de boodschap. De boodschap die verstuurd wordt, moet dezelfde zijn als diegene die ontvangen wordt.

Merkt u dat mensen u af en toe verkeerd of slecht begrijpen? Begrijpt u soms niet goed wat men u vertelt? Kom dan eens met ons praten. Samen zoeken we naar een oplossing voor uw probleem.

Verder bekijken wij ook de wijze waarop u slikt. Is het moeilijker voor u om goed te kauwen en/of te slikken? Verslikt u zich vaker dan vroeger? Ook hiermee kunnen wij u helpen.

## Communicatie

Communicatie is erg belangrijk voor mensen. Om onafhankelijk te blijven is het noodzakelijk dat u zich goed kan uitdrukken en dat u anderen correct begrijpt.

Twee zaken zijn erg belangrijk voor een goede communicatie: taal en spraak.

Dankzij taal kan u uw gedachten omzetten in woorden, zinnen en verhalen. Hiervoor moet u de juiste woorden kunnen vinden. U moet goede zinnen kunnen bouwen. Uw verhaal moet logisch en duidelijk zijn.

Taal laat u ook toe de boodschappen die anderen u sturen, te ontrafelen en te begrijpen.

Door het verhaal, de zinnen en de woorden te ontleden, ontdekt u wat uw gesprekspartner u zeggen wil.

Alles wat met taal te maken heeft, speelt zich volledig in uw hersenen af.

Daarnaast is ook uw spraak belangrijk. Als u net verstaanbaar spreekt, zal uw gesprekspartner uw boodschap niet goed ontvangen.

Ook spraak wordt vanuit de hersenen gestuurd. Maar om duidelijk te kunnen spreken, moeten uw ademhalingsspieren en de spieren van uw gezicht en strottenhoofd goed werken.

### Hoe kunnen wij u helpen?

Eerst en vooral gaan we na waar u precies problemen mee heeft.

Is uw stem luid genoeg? Spreekt u de klanken duidelijk uit? Is spreken vermoeiend? Vindt u de juiste woorden? Zijn uw verhalen goed opgebouwd? Begrijpt u moeilijke opdrachten?

Wat vindt u belangrijk? Wat is mogelijk? Hoe kunnen we uw verwachtingen het best invullen? Deze en andere vragen beantwoorden we met uw hulp.

Daarna is het tijd voor actie. Tijdens een individuele therapie gaan we samen met u werken aan uw communicatie. Deze therapie kan erg verschillen van persoon tot persoon.

Misschien heeft u ademhalingsoefeningen nodig voor uw stem. Of moet u oefenen om trager te praten. Ook spierversterkende of

spierontspannende oefeningen kunnen belangrijk zijn.

Gerichte taal oefeningen kunnen ook aan bod komen, in groep of individueel.

Soms zijn een aantal adviezen voldoende om de communicatie vlotter te laten verlopen.

Uiteindelijk komt het hierop neer:

- u moet uw stem kunnen blijven gebruiken
- uw uitspraak moet verstaanbaar blijven
- als de vorige 2 punten onmogelijk zijn, moet u zich kunnen blijven uitdrukken aan de hand van een aan u aangepast hulpmiddel
- u moet uw ideeën kunnen verwoorden
- u moet kunnen begrijpen wat anderen u vertellen.

## **Slikken**

Waarschijnlijk heeft u nooit veel over uw manier van slikken nagedacht. Wij zijn allemaal erg bezig met wat we mogen eten en hoeveel. We vragen ons af of onze voeding gezond en evenwichtig is enz. Maar over hoe we slikken,

daar staan we niet bij stil.

Als u problemen heeft met het slikken, bent u waarschijnlijk bang. Zal ik nog alles mogen eten? Mag ik nog alles drinken? Misschien verzwijgt u zelfs uw moeilijkheden uit angst voor de gevolgen. Het kan ook zijn dat u denkt dat het niet zo belangrijk is, bijvoorbeeld omdat u zich maar af en toe verslikt. En daarom gaat u het ook niet dadelijk vertellen dat u soms slikmoeilijkheden heeft.

Het is nochtans belangrijk dat u over uw slikmoeilijkheden praat met een dokter of logopedist, zelfs al zijn de problemen nog klein. Snel ingrijpen kan namelijk veel problemen voorkomen.

Maar ook andere moeilijkheden kunnen te maken hebben met slikproblemen.

Duurt het langer vooraleer u terug op uw plooi bent nadat u zich verslikt heeft? Hoest u niet hard genoeg? Is het moeilijker om te kauwen? Slaagt u er niet meer in om uw mond helemaal leeg te maken? Eet u niet meer zo snel als vroeger of is eten vermoeiend?

Ook dan zijn er oplossingen mogelijk.

## Hoe kunnen wij u helpen?

Wij weten hoe belangrijk het voor u is om te kunnen eten en drinken. Daarom doen we alles om er voor te zorgen dat u kan blijven genieten van uw maaltijden.

Samen met u, uw dokter, de verpleging en uw familie bekijken we uw slikprobleem. We observeren hoe u eet en drinkt. We bekijken uw mogelijkheden. We proberen een aantal zaken uit om te zien of dat een verbetering oplevert.

Daarna bespreken we de manier waarop u slikt en geven u tips om gemakkelijker en veiliger te kunnen slikken. Vaak is dit voldoende.

Soms is het nodig om uw maaltijden aan te passen. Dit gebeurt altijd in overleg en enkel als het echt noodzakelijk is voor uw gezondheid. Ook dan spannen we ons in om uw maaltijden zo aangenaam mogelijk te laten verlopen.

Als u over deze onderwerpen nog vragen heeft, staan wij steeds voor u klaar. Aarzel niet om ons aan te spreken voor meer informatie.

Nationaal Multiple Sclerose Centrum  
Dienst logopedie  
Vanheylenstraat 16  
1018 Melsbroek  
02/597 86 60  
[logopedie@ms-centrum.be](mailto:logopedie@ms-centrum.be)

Dienst logopedie

Guy Ganty  
Muriel Lafortune  
Antonella Nota  
Sofie Noë  
Anne Vandevijver  
Sarah Vanlievendael