



# Bestraling (radiotherapie) in mond- en/of keelholte

## Welkom

Samen met uw artsen heeft u besloten om de aandoening in uw mond en/of keelholte te behandelen door middel van bestraling (radiotherapie).

Uw mond en keel hebben twee belangrijke functies:

1. het kunnen slikken van voedsel en drank;
2. het kunnen spreken.

Deze informatie geeft uitleg over de mogelijke gevolgen van de bestralingsbehandeling voor deze functies.

## Het slikken

Onze mond en keel spelen een belangrijke rol bij het innemen en verwerken van ons voedsel. In de mond proeven we het voedsel, kauwen we erop, vermengen het met speeksel en maken het tot een smeuiig geheel. Daarna verplaatsen we het voedsel naar de keel, we slikken het door richting slokdarm en maag waar het verder verteerd wordt.

Als gevolg van de aandoening in uw mond- en/of keelgebied, heeft u momenteel misschien al slikproblemen. Het kan zijn dat u merkt dat het moeilijk is om bepaald voedsel (droge voeding) door te slikken. U moet steeds een klein beetje water drinken om het voedsel weg te krijgen. Ook kan het zijn dat u zich meer verslikt in dranken dan vroeger, waardoor u vaak moet hoesten.

### Mogelijke bijverschijnselen van de bestraling

Tijdens de bestraling kan het zijn dat het eten, drinken en slikken (tijdelijk) moeilijker wordt. Door de bestraling kan het slijmvlies in de mond en/of keel gevoelig worden voor bepaalde (scherpe) kruiden en/of de temperatuur van het voedsel. Door de zwelling in de keel kan het moeilijk zijn om vaste voeding goed door te slikken. Ook is er kans dat u zich vaker verslikt omdat de coördinatie van de slikbeweging beïnvloed wordt. Als u zich vaak verslikt, verhoogt dit de kans op een

luchtweginfectie. Het slikken is dan niet veilig.

### Logopedie bij slikproblemen

Als u klachten heeft tijdens het eten en drinken, kunt u een afspraak maken bij de logopedist van het azM. Zij zal tijdens een consult (afspraak) met u uw klachten bespreken, de mondholte bekijken en de bewegingen van uw kaak, lippen, tong en gehemelte beoordelen. Verder wordt geïnventariseerd welke voeding, waarbij vooral de dikte (vloeibaar, gemalen) belangrijk is, u wel veilig kunt slikken.

Vervolgens wordt bekeken hoe u zo efficiënt mogelijk kunt eten en drinken. Hierbij kunnen de volgende aspecten betrokken worden:

- *Houding*

Uw houding is van grote invloed op het slikken. Afhankelijk van het slikprobleem kunnen verschillende hoofdhoudingen geadviseerd worden.

- *Consistentieaanpassingen*

Bij vaak verslikken in dranken is het bijvoorbeeld veiliger om verdikkingsmiddel te gebruiken.

- *Toepassen van slikstrategieën*

Dit zijn trucjes om het slikken veiliger en gemakkelijker te laten verlopen. De logopedist kan beoordelen of er slikstrategieën zijn die u kunnen helpen.

- *Oefeningen*

Er zijn oefeningen om de bewegingen en de kracht van de spieren in uw mond, kaak, lippen, tong, gehemelte en strottenhoofd te stimuleren.

Het kan zijn dat de adviezen die de logopedist u geeft voldoende zijn om uw problemen op te lossen. Het is ook mogelijk dat u meer begeleiding nodig heeft.

## **Specifieke adviezen tijdens het eten en drinken**

- Zit rechtop.
- Zorg voor een rustige omgeving.
- Neem kleine happen.
- Neem bij de warme maaltijd veel jus of saus.
- Gebruik smeugig beleg, zoals smeerkaas, jam en gebruik veel boter.
- Neem bij het eten vaak een slokje water.

## **De stem**

Bewegingen van de stembanden, de keelspiieren, de tong, de lippen en de kaken maken het mogelijk om te spreken. Door te variëren in alle mogelijkheden die we hebben kunnen we zacht praten, hard praten, zingen en fluisteren.

Als gevolg van de aandoening in uw mond en/of keel heeft u misschien al gemerkt dat goed verstaanbaar spreken u meer moeite kost. Misschien is ook uw stem van klank of volume veranderd waardoor het u meer moeite kost om te spreken.

### **Mogelijke bijverschijnselen van de bestraling**

Tijdens de bestraling kan het zijn dat uw stemkwaliteit (tijdelijk) verslechtert. Het volume, de toonhoogte en/of klank van de stem kan veranderen waardoor het moeilijk wordt om verstaanbaar te spreken. Soms is door een zwelling en irritatie van het mond- en keelslijmvlies het spreken (tijdelijk) pijnlijk en vermoeiend.

### **Logopedie bij stemproblemen**

Als u na de radiotherapie stemklachten blijft houden en daar last van heeft, kunt u terecht bij de logopediste van het azM. Zij zal tijdens een consult (afspraak) met u uw klachten bespreken en de manier waarop u ademt en uw stem gebruikt in kaart brengen. Vervolgens wordt gekeken of u op een of andere manier met uw stem en/of uw articulatie om kunt gaan waardoor spreken minder vermoeiend is. De logopedist bespreekt met u of verdere logopedie zinvol is.

### **Specifieke adviezen voor uw stem**

- Drink regelmatig om de slijmvliesen vochtig te houden.
- Vermijd kuchen en schrapen, drink bij keelirritatie een slokje water of zuig op een verzachtende keelpastille met salie of honing (geen eucalyptus).
- Spreek niet te lang achter elkaar; geef uw stem regelmatig rust.
- Spreek rustig; forceer uw stem niet.

## **Contact**

Heeft u na het lezen van deze informatie nog vragen dan kunt u deze bespreken met uw specialist of logopedist.

Voor een afspraak bij de logopedist heeft u een verwijzing nodig. Deze verwijzing kunt u vragen aan uw behandelend arts.

Vervolgens kunt u een afspraak maken bij:

### **Afdeling Stem-, spraak- en Taalstoornissen (SST) in het azM.**

**Telefoonnummer: 043-387 51 38.**

Ook kunt u eens kijken op de volgende websites:

**[www.dysphagiaonline.com](http://www.dysphagiaonline.com)**

**[www.stichtingklankbord.nl](http://www.stichtingklankbord.nl)**

**[www.kankerwiehelpt.nl](http://www.kankerwiehelpt.nl)**