

Physiotherapie bei Stimmproblemen



Robert Kuizenga



Fiona Morrison

Korrespondenzadressen

Robert Kuizenga
 robert@mindyourmotion.nl
 Niederlande

Fiona Morrison
 fiona.morrison@t-online.de
 Deutschland

Bibliografie

MSK – Muskuloskeletale Physiotherapie 2023; 27: 1

DOI 10.1055/a-1939-4496

ISSN 2701-6986

© 2023. Thieme. All rights reserved.

Georg Thieme Verlag, Rüdigerstraße 14,
 70469 Stuttgart, Germany

Zur ersten Ausgabe im Jahr 2023 möchte ich Euch herzlich begrüßen! Das Jahr beginnt mit dem Schwerpunkt „Dysphonie“ und, auch wenn sich die Schwerpunktartikel vor allem um Stimmprobleme bei Sänger*innen drehen, liegt die Übertragung auf andere Berufe, in denen die Stimme viel genutzt wird, nahe. Besonders freue ich mich darüber, dass wir Robert Kuizenga, einen klassischen Sänger und Manualtherapeuten, für das Gasteditorial gewinnen konnten.

Außerdem gibt es weitere gute Neuigkeiten:

Die MSK wird ab dem Jahr 2023 durch einige Seiten rund um das Thema „Schmerz“ bereichert. Für diese Seiten ist ein Herausgebersteam verantwortlich, das sich mit diesem Thema besonders auskennt.

Herzliche Grüße und ein gesundes Jahr 2023!

Ihre Fiona Morrison

Liebe Leserinnen und Leser der MSK,

neben meinem Beruf als Physio-/Manualtherapeut arbeite ich als professioneller klassischer Sänger (Countertenor). In der Vergangenheit hatte ich Stimmprobleme, bei denen ich während und nach dem Singen Schmerzen im Nacken- und Kieferbereich hatte und mit einem Rauschen in der Stimme gesungen habe. Ein HNO-Arzt stellte ein leichtes Ödem an meinen Stimmbändern fest und überwies mich mit der Diagnose „Muscle-Tension-Dysphonia“ an eine Logopädin. Gemeinsam mit ihr arbeitete ich an meiner Atemtechnik, erhielt Massagen der Strukturen rund um den Kehlkopf und bekam Resonanzübungen für zu Hause. Nach zehn Sitzungen waren meine Symptome zwar etwas besser, aber eine ergänzende Behandlung meines Kiefers, Nackens, Brustkorbs und Zwerchfells

durch einen befreundeten Manualtherapeuten brachte erst den Durchbruch: 60 % meiner Beschwerden waren danach verschwunden. Für mich war es auffallend, dass gerade der Manualtherapeut mir in diesem Prozess am besten helfen konnte.

Als spezialisierter Manualtherapeut behandle ich selbst viele Sängerinnen und Sänger. Anhand einer umfassenden Anamnese stelle ich fest, welche Faktoren bei der Entstehung und Aufrechterhaltung der Symptome eine Rolle gespielt haben. Wesentlich ist die körperliche Untersuchung, in die ich nicht nur den Stimmbereich, sondern den ganzen Körper miteinbeziehe. Besonderes Augenmerk richte ich auf Haltung, Atmung, Kompensationen beim Singen und Funktionsstörungen aller, insbesondere der angrenzenden, Gelenke. Schließlich singt man mit seinem ganzen Körper. Die Behandlung besteht hauptsächlich in der Mobilisierung der weniger beweglichen Regionen, einschließlich manueller Kehlkopftherapie und in Übungen, die auf Stabilität und Beweglichkeit abzielen. Dabei arbeite ich eng mit Angehörigen anderer Professionen zusammen.

Meiner Meinung nach könnte es klarer sein, welche Schritte Sänger*innen mit Stimmproblemen am besten unternehmen können, um ihre Beschwerden loszuwerden, und wer sie dabei unterstützen kann. Spezialisierte Physiotherapeut*innen mit einem Hintergrund in manueller Therapie und Erfahrung im Hals-, Kopf-, Nacken- und Kieferbereich scheinen sehr gute Kandidatinnen und Kandidaten für diese Aufgabe zu sein und können als Bindeglied zu und zwischen anderen Professionen fungieren. Es wäre interessant, wenn es ein spezifisches Ausbildungsprogramm gäbe, das dieser Spezialisierung eine Bühne bieten würde. Die Artikel in dieser Ausgabe verdeutlichen den zusätzlichen Nutzen einer solchen spezialisierten Physiotherapie.

Viel Spaß beim Lesen!
 Robert Kuizenga, M.Sc.