

Brokgevoel

Patiënteninformatie KNO

Brokgevoel

Inleiding

Een brokgevoel in de keel komt vaak voor. Veel patiënten zijn hierover ongerust, maar over het algemeen is het een onschuldig probleem. Mogelijke bijkomende klachten kunnen zijn: een slijmprop in de keel die niet weggeslikt kan worden, een gevoel dat er een graat of een korreltje in de keel zit, of een branderige, pijnlijke of geïrriteerde keel. Het brokgevoel zit meestal ter hoogte van het strottenhoofd. Hierdoor ontstaat de neiging steeds te schrapen, te kuchen of te vaak slikken. Hierbij kan wat slijm geproduceerd worden. Van een brokgevoel wordt gesproken als er geen lichamelijke afwijking gevonden wordt die de klacht kan verklaren. Als er wel een lichamelijke aandoening is, zal de last van een brok in de keel zich voordoen bij de maaltijd en kan de stem schor of hees zijn. Wat voor afwijkingen dit kunnen zijn, wordt verderop in de folder besproken.

Oorzaken van een onschuldig brokgevoel

Spierspanning

Tijdens het slikken, maar ook bij schrapen en kuchen, worden bepaalde keel- en halsspieren aangespannen. U kunt dat bijvoorbeeld zien aan de adamsappel (het vooruitstekend bovenste gedeelte van het strottenhoofd), die bij de slikbeweging op en neer gaat. Als de spieren gespannen blijven, kan dit als een brok in de keel aanvoelen. Als u minder gespannen bent, heeft u vaak minder last.

Slijmgevoel

Het brokgevoel kan ook ervaren worden als een slijmgevoel in de keel. Normaal neusslijmvlies produceert elke dag veel slijm, dat regelmatig wordt doorgeslikt. Hierbij komt ook nog het speeksel. Samen is dat een paar liter vocht per dag, dat we doorslikken zonder het te weten. Bent u zich deze productie van slijm en vocht bewust, dan kunt u dit als een brokgevoel ervaren.

Stress

Spanningen en problemen kunnen zich door verschillende lichamelijke klachten uiten. Bij de één door rugklachten of hoofdpijn, bij de ander door een brokgevoel. Uw huisarts kan helpen uw problemen onder woorden te brengen en zal zo nodig een andere hulpverlener inschakelen.

Behandeling van een onschuldig brokgevoel

Geruststelling

De beste "behandeling" van klachten van brokgevoel is geruststelling en uitleg. Het is al een opluchting als de KNO-arts geen afwijkingen vindt. Door deze geruststelling verdwijnt de klacht vaak vanzelf. Dit vindt meestal geleidelijk plaats, met af en toe nog opspelen van het brokgevoel. Na verloop van weken tot maanden is het definitief verdwenen. Sommige mensen houden er echter hun hele leven in bepaalde situaties (spanningen) last van.

Logopedie

Soms biedt logopedie uitkomst bij het bestrijden van de klachten. U krijgt dan oefeningen waarbij u leert de keel- en halsspieren beter te ontspannen.

Als het brokgevoel verergert of als er klachten bijkomen, vraag dan een nieuw onderzoek aan. Soms heeft een op brokgevoel lijkende klacht namelijk wel een lichamelijke oorzaak.

Aandoeningen die slik- of stemklachten geven

Doen de klachten zich voor tijdens de maaltijd of is de stem schor of hees, dan betreft het geen brokgevoel, maar slik- of stemklachten en is er vaak wel een lichamelijke aandoening. Dat kunnen de volgende aandoeningen zijn:

Keelkanker

Hierover maken mensen zich vaak de meeste zorgen. Een kwaadaardige aandoening van het slijmvlies van de keel, het strottenhoofd of de slokdarm is gelukkig zeldzaam. De kans hierop is wel sterk verhoogd bij langdurig roken en overmatig gebruik van alcohol. Gaat het

brokgevoel samen met stemverandering, moeite met eten, gewichtsverlies en oorpijn dan is onderzoek door een KNO-arts op korte termijn noodzakelijk. De KNO-arts kan een kwaadaardige afwijking meestal bij het eerste onderzoek opmerken.

Neusbijholtenontsteking

Een ontsteking van de neusbijholten kan door extra slijmafscheiding de keel irriteren, zodat een brokgevoel ontstaat. Bijkomende klachten zijn soms hoofdpijn, snot, neusverstopping en reukverlies.

Allergie

Allergie leidt meestal tot klachten van neusverstopping, maar kan zich ook uiten in de keel, waar het een schraal, jeukend of brokgevoel kan veroorzaken.

Verkeerd stemgebruik

In en rondom het strottenhoofd lopen spiertjes, onder andere die van de stembanden. Bij verkeerd stemgebruik wordt een deel ervan te intensief gebruikt. Dit kan een brokgevoel geven. Bij sommige mensen kunnen de stembanden zich soms niet goed sluiten. Hierdoor is de stem niet krachtig genoeg, zodat die gemakkelijk wordt geforceerd. Naast een brokgevoel hebben sommigen ook een hese stem of een onvoldoende krachtig stemgeluid.

Maagzuur/prikkelende stoffen

Hiervan is sprake als het slijmvlies in de keel langdurig wordt geprikkeld door maagzuur (bijvoorbeeld bij mensen met een middenrifbreuk), prikkelende stoffen of droge lucht. Hierbij treden klachten op van een gevoelige plek in de luchtpijp of keel, kriebel in de keel, hardnekkig hoesten, branden, neiging tot schrapen en lastig slikken.

Roken, alcohol, koffie en sterk prikkelende stoffen zoals bijvoorbeeld pepermunt, drop en chocolade houden deze klachten in stand, al lijken ze een tijdelijke verlichting te geven. Dat is echter maar schijn.

Zeldzaam

Vergrote schildklier, slijtage van de halswervels, Zenker's divertikel, angina pectoris.

Onderzoek naar lichamelijke oorzaken van een brok in de keel

Het brokgevoel kan een bijkomende klacht zijn van een lichamelijke afwijking. Meestal gaat een dergelijke afwijking echter gepaard met andere klachten, zoals moeite met vaste voeding te gebruiken, keelpijn, oorpijn of heesheid. Uw KNO-arts probeert dan ook altijd eventuele andere oorzaken op te sporen. Het is meestal niet nodig om alle onderzoeken te ondergaan die in deze folder worden besproken. Belangrijk is dat met beperkt onderzoek de oorzaak wordt gevonden, zodat u zo snel mogelijk uit de onzekerheid bent en de behandeling kan beginnen. Onnodig onderzoek moet altijd worden vermeden.

Keelspiegelen

Nadat de mond is geopend, houdt de KNO-arts de uitgestoken tong met een gaasje vast en brengt een verwarmd spiegeltje in de keel. Met het licht van de voorhoofd lamp onderzoekt de kno-arts uw keel en strottenhoofd. Blijf tijdens dit onderzoek rustig ademen en probeer een eventuele kokhalsreflex te onderdrukken. U hoeft niet bang te zijn dat u te weinig lucht naar binnen krijgt want er is ruimte genoeg om te ademen terwijl het spiegeltje in de keel is.

Op verzoek van de KNO-arts moet u "iiii" zeggen. Houd dit een aantal tellen aan. Het gaat om het beoordelen van de functie van de stembanden en niet om het geproduceerde stemgeluid. Meestal lukt het zo het strottenklepje, de stembanden en de ingang van de slokdarm goed te bekijken. Indien u op verzoek "hè, hè" zegt, kan ook de beweeglijkheid van de stembanden worden onderzocht. Dit onderzoek vindt plaats bij het eerste bezoek aan de KNO-arts en duurt enkele minuten.

Fiberscopie

Bij sommige mensen is de neiging tot kokhalzen tijdens het onderzoek met de keelspiegel zo sterk, dat op een andere wijze moet worden gekeken. Dit gebeurt dan met een kleine fiberscoop (laryngoscoop). Dit is een buigzaam kijkertje van fiberglas in de vorm van een slang met een dikte van vier mm. Na eventueel verdoven van de neus- en keelholte met een spray wordt de fiberscoop via de neus opgeschoven tot

voorbij het zachte gehemelte. Op deze wijze kunnen de keel en het strottenhoofd goed zichtbaar worden gemaakt. Over het algemeen verloopt dit onderzoek eenvoudiger voor u dan het onderzoek met een spiegeltje.

Röntgenfoto

Het is niet altijd nodig röntgenfoto's van de hals en slokdarm te maken. Zo nodig wordt een foto gemaakt van de neusbijholten. In zeldzame gevallen wordt een scan gemaakt van de neusbijholten, keel, hals of schildklier.

Allergieonderzoek

Het meest betrouwbare onderzoek naar allergie vormt de huidtest. Hierbij wordt een krasje of prikje in de huid een kleine hoeveelheid vloeistof in de huid aangebracht. Twintig minuten na het aanbrengen van een twintigtal verschillende krasjes kan nagegaan worden of er een allergie bestaat. Eventueel kan via het laboratorium ook een bloedonderzoek op allergie worden verricht.

Logopedisch onderzoek

Bij intensief stemgebruik kunt u naar de logopedist worden verwezen. Deze is deskundig op het gebied van de stem en kan bij keelklachten door foutief stemgebruik hulp bieden. Dit is vooral van belang bij beroepen waar men van de stem afhankelijk is. De logopedist verricht onderzoek, geeft adviezen of gaat over tot logopedische behandeling. Hierbij wordt aandacht gegeven aan de lichaamshouding, ademhaling en aan een ontspannen manier van stemgebruik.

Contact

Het is niet mogelijk om in een voorlichtingsfolder alle details voor elke situatie te beschrijven.

Heeft u nog vragen na het lezen van deze folder, stel ze dan aan uw KNO-arts.

De polikliniek KNO is tijdens kantooruren bereikbaar op 088 – 70 67 342.

06/22