

# Terapijski postupci koji se primjenjuju prilikom korekcije disfoničkog glasa

---

**Zorić, Ana**

*Source / Izvornik:* **Zbornik povzetkov 2. kongresa logopedov Slovenije z mednarodno udeležbo: Kvaliteta slovenske logopedije v evropskom prostoru, 2007, 121 - 121**

**Conference presentation / Izlaganje na skupu**

*Permanent link / Trajna poveznica:* <https://um.nsk.hr/um:nbn:hr:257:367614>

*Rights / Prava:* [Attribution-NonCommercial-NoDerivatives 4.0 International/Imenovanje-Nekomercijalno-Bez prerada 4.0 međunarodna](#)

*Download date / Datum preuzimanja:* **2025-03-13**



*Repository / Repozitorij:*

[SUVAG Polyclinic Repository](#)

## REHABILITACIJSKI POSTUPCI KOJI SE PRIMJENJUJU PRILIKOM KOREKCIJE DISFONIČNOG GLASA

### Koristiti:

#### Nazalizaciju

- postići opuštenu, meku fonaciju
- naučiti upotrebljavati rezonanciju

### RAZGRADNJA HIPERKINETIČKE DISFONIJE U TRI KORAKA

### Savladati:

#### Tehniku psihofizičke relaksacije

(osobito u težim slučajevima)

### Opustiti:

#### Mišiće vrata i ramenog pojasa

#### Provoditi vježbe:

- disanja
- relaksacije
- relaksirane fonacije

### Stegnuti:

#### Trbušne mišiće (naročito donjeg dijela trbuha)

#### Aktivirati:

- ošit (dijafragmu)

### Izvlačiti:

#### Glas (bez "guranja")

#### Postići:

- zvonkost
- meki početak fonacije
- ekonomiziranje zrakom

### Naučiti:

- relaksirano udisati

(važno je fonaciju započeti relaksirajućom prefonatornom fazom)

### Pridržavati se uputa:

O poštediti glasnicu i zaštititi glasa (glasovnoj higijeni) Izbjegavati **dugo i naporno govorenje, pjevanje** te opterećenja glasnicu **vikanjem, šaptanjem, vrištanjem** i sličnim nepoželjnim glasovnim ispadima. **Isključiti upotrebu** duhana, alkohola, jakih začina te prevrućih i prehladnih jela i pića.

### Kontrolirati glas:

#### Samoslušanjem

Akustična povratna sprega (feed back) zadužena je za nadziranje glasa i čišćenje glasa od šuma.

### Uvježbavati:

Do automatizacije i postizanja ležerne fonacije i artikulacije.

Za uspostavljanje *pravilnih fonatornih mehanizama* potrebno je oko 10 - 20 logopedskih seansi.

**Rehabilitacija glasa znatno ovisi** o dužini trajanja promuklosti i uzrocima koji su doveli do poremećaja. Važno je stoga pravovremeno se javiti fonijatru radi pregleda, ispitivanja, liječenja i upućivanja na logopedsku glasovnu terapiju.  
**Redovito obavljati fonijatrijske kontrole!**

Dobro provedena rehabilitacija omogućit će pacijentu optimalnu fonaciju glasa koji će mu osigurati uspješnu komunikaciju s okolinom, **bez napora, boli i promuklosti.**