

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: **2024-12-22**



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 poštedi glasnica i zaštiti glasa (glasovnoj higijeni) Izbjegavati **dugo i naporno govorenje, pjevanje** te opterećenja glasnica **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.**