

Der Frosch im Hals



Eines unserer wichtigsten Organe ist der Kehlkopf. Er dient zum Atmen, zum Schlucken sowie zur Kommunikation. Er besteht aus einem Knorpelgerüst, in dem innen die beiden Stimmbänder – im Fachjargon Stimmklappen – aufgehängt sind. Wir atmen circa 15- bis 20-mal und schlucken einmal in der Minute. Für die Atmung gehen die Stimmklappen weit auseinander, damit die Luft gut in die Lunge gelangen kann. Beim Schlucken legen sich die Stimmklappen fest aneinander und der Kehlkopf schließt sich, damit die Nahrung nicht in die Lunge gelangt, sondern in die Speiseröhre geleitet wird (Kreuzung von Speise- und Atemweg). Für die Stimme legen sich

beide Stimmklappen aneinander und werden durch die Ausatemluft in Schwingungen versetzt. Dabei schwingt hauptsächlich die Schleimhaut über dem Stimmklappenmuskel ganz weich von außen zur Mitte der Stimmritze und wieder zurück. Je gleichmäßiger, desto besser ist die Stimme. Beim Mann etwa 100mal in der Sekunde, bei der Frau sogar 200mal! Der Kehlkopf ist also ein Hochleistungssportler, der auch gut gepflegt werden sollte. Gute Luft und eine gute Technik sind dabei hilfreich.

Bereits kleinste Schwellungen am Rand der Stimmklappen (z. B. Polypen) können die Stimmfunktionen stark stören. Aber auch Erkrankungen benachbarter Körperregionen (z. B.: der Schilddrüse) können Einfluss auf unsere Atem-, Schluck- und Stimmfunktion nehmen. So können eine unpassende Atemtechnik oder auch Wirbelsäulenveränderungen zu einer Stimmstörung führen. Die Betroffenen kompensieren dies üblicherweise, indem sie die Kehlkopfmuskulatur immer mehr anspannen.

Das führt zu einer Funktionseinbuße. Ein Teufelskreis! Sie werden heiser. Manche spüren dabei auch einen Druck im Hals, oder haben das Gefühl, dass etwas im Hals steckt – der berühmte „Frosch im

Hals“. Den will man dann herausräuspern, aber das gelingt nicht. Nachdem der HNO-Arzt oder Phoniater den Hals von innen mit unterschiedlichen Endoskopen untersucht hat, sind oftmals ein Fitnesstraining für die Stimme (speziell angepasste Stimmübungen) ebenso wie ein guter Umgang mit sich selbst und seiner Stimme angezeigt. Auch andere organische (Schleimhautreizungen durch Rückfluss von Magensäure oder eine Schilddrüsenvergrößerung) oder psychosomatische Erkrankungen können ursächlich für ein sogenanntes Globusgefühl sein.

In der Praxis für Hals-Nasen-Ohrenheilkunde können wir den Kehlkopf und dessen Funktionen sehr genau untersuchen und Ihnen weiterhelfen. Bei entsprechenden Beschwerden, sprechen Sie uns auf unsere Spezialsprechstunden an!

**Prof. Dr. med. Dr. med. habil.
Andreas Riederer**

*Hals-, Nasen-, Ohrenheilkunde,
plastische Operationen, Allergologie*
Tel. 089/74 44 35 78

*81479 München, Sollner Str. 65b,
www.hno-riederer.de*

*Prof. Dr. Andreas
Riederer*