

# Wenn die Stimme versagt ...

Logopädin arbeitet in der einzigen Deutschen Stimmklinik in Hamburg



Die Stimme jedes Menschen ist so einzigartig wie der Fingerabdruck. Wie selbstverständlich benutzen wir sie jeden Tag. Versagt sie, führt dies zu einer massiven Einschränkung der Lebensqualität. Doch nicht nur das – für Berufssprecher wie Lehrer, Pastoren, Schauspieler oder Sänger kann es gar die Existenz bedrohen. All jene, die Probleme mit der Stimme haben, finden Hilfe in der bundesweit einzigen Deutschen Stimmklinik am Universitätsklinikum Eppendorf (UKE) in Hamburg – und bei der Logopädin Birte Heckmann.



**Seit der Eröffnung der Deutschen Stimmklinik** im November 2014 gehört die Logopädin und selbständige Stimm- und Sprechtrainerin zum neunköpfigen Team um HNO-Arzt und Phoniater Professor Markus Hess. „Etwas mit Stimme“ wollte gebürtige Lübeckerin in ihrem Beruf schon immer machen. Doch ihr ursprünglicher Traum, eine Karriere als Sängerin zu starten, erschien ihr wenig aussichtsreich. Sie machte also im Jahre 2000 ihren Bachelor in den Niederlanden. Nach ihrem Abschluss arbeitete sie sechs Jahre in einer logopädischen Praxis, bevor sie sich 2008 selbständig machte. „Ich wollte einfach mehr Raum für andere ‚Stimm-Dinge‘ haben“, berichtet Heckmann. So war sie unter anderem als Sprechtrainerin an einer privaten Schauspielschule, als Moderatoren-Trainerin beim Rundfunk und als Dozentin an der Hochschule Fresenius tätig.

#### Erstes Info-Gespräch führte zur Anstellung

Auf ihrer Suche nach weiteren „Stimm-Dingen“ hörte sie von der Hamburger Stimmklinik. Im Sommer 2014 traf sie sich zu einem ersten Gespräch mit den drei Gründern und Gesellschaftern, Professor Hess, Dr. Susanne Fleischer und Dipl.-Ing. Frank Müller. Prompt boten die drei ihr eine Anstellung an, die die Therapeutin eigentlich nicht eingeplant hatte. Inzwischen aber strahlt sie darüber: „Ich fühle mich hier wie im Schlaraffenland“, sagt sie. „Im Gegensatz zu meiner Arbeit in der logopädischen Praxis, wo ich ungenaue Verordnungen des Arztes abarbeiten musste, sehe ich hier selbst danach, was den Patienten fehlt.“ Birte Heckmann ist bei den Erstuntersuchungen durch Professor Hess dabei. Mit modernen computergesteuerten Videotechniken und Stimm-Analyseverfahren diagnostizieren sie gemeinsam, ob eine organische oder funktionelle Stimmstörung vorliegt. Die Klinik behandelt alle Arten von Stimmstörungen – von der leichten Heiserkeit über Stimmbandlähmung hin zu gutartigen Kehlkopftumoren.

#### Spezialisten suchen engere Zusammenarbeit mit HNO-Ärzten

Oft liegt das Problem an den Stimmbändern oder -lippen. Diese beiden mit Schleimhaut überzogenen streichholzdicken Bänder liegen waagrecht im Kehlkopf, dem oberen Teil der Luftröhre. Werden die Stimmbänder überanstrengt, etwa durch zu lautes Sprechen oder eine Virusinfektion, schwellen die Schleimhäute an und es können sich Verdickungen, sogenannte Stimmbandknötchen, bilden. Manche Veränderungen sind für niedergelassene HNO-Ärzte schwer zu erkennen, so Birte Heckmann, da diese meistens nicht über die entsprechenden hochauflösenden Endoskope verfügen. „Wir sehen uns in der Stimmklinik auch nicht ▶

## Beispiele für Stimmübungen im Alltag

Logopäden beschäftigen sich ständig mit der Stimme. Doch viel sprechen müssen alle Praxisinhaber, vor mit dem Team und den Patienten. Es kann also nicht schaden, sich für den Praxisalltag einige Tipps von der Stimmtrainerin anzueignen:

#### Haltung /Aktivieren des Körpers

- ▶ Vor jedem Zähneputzen lasse ich meine Zunge genauestens die gesamte Mundhöhle abtasten
- ▶ Jedem spontanen Gähnen schließe ich ein Kreisen der Schultern und Lockern des Nackens an
- ▶ Beim Telefonieren achte ich auf meine Haltung (aufrecht, Hörer nicht einklemmen)

#### Atmung

- ▶ Bevor ich meinen Mantel anziehe, puste ich einige Male kräftig Fussel von meinem Ärmel (Zwerchfell)
- ▶ Während ich mit der Bahn nach Hause fahre, setze ich mich aufrecht hin und aktiviere die Bauchatmung
- ▶ Wenn ich mich ins Bett lege, nehme ich mir zwei Minuten Zeit, die Atmung tief in den Bauch und ins Becken zu lenken

#### Stimme

- ▶ Unter der Dusche summe oder singe ich leise und sanft in allen Tonlagen
- ▶ Beim Telefonieren sende ich meine Worte, als säße mein Partner mir gegenüber (bringt Resonanz und eine bessere Artikulation)
- ▶ Jedes Gähnen nutze ich für leise, sanft abfallende oder aufsteigende Gleittöne

#### Präsentationen /Unterrichten

- ▶ „SAS“: Stehen – Augenkontakt – Sprechen (nicht gleich loslegen, sondern einen kurzen Moment Zeit nehmen zum Sammeln und Erden)

als Konkurrenten zu den Ärzten, sondern als Spezialisten, und würden uns eine engere Zusammenarbeit wünschen.“

### Stimmklinik ist eine Privatpraxis

Während Stimmkliniken in den USA und England schon lange zum üblichen Gesundheits-Angebot gehören, praktizieren in Deutschland nur etwa 150 Phoniater – Fachärzte für die Stimme. Doch ein Bedarf scheint auch in Deutschland vorhanden zu sein: Schon im ersten Jahr besuchten rund 1.500 Patienten, die oft einen langen Leidensweg hinter sich haben, die Deutsche Stimmklinik. In der Regel übernehmen jedoch nur private Krankenkassen die Kosten. Kassenpatienten müssen die Behandlung in der Stimmklinik aus eigener Tasche finanzieren. „Es gibt inzwischen aber einige Krankenkassen, die bestimmte Therapien übernehmen“, erklärt Birte Heckmann. Sie empfiehlt daher allen Kassenpatienten, den Kostenvoranschlag ihrer Kasse vorzulegen. In der Regel zahlen Kassen etwa 20 Therapiestunden.

### Behandlungsdauer individuell unterschiedlich

Wie lange eine Behandlung dauert, ist abhängig von der individuellen Situation des Patienten – von dem, was ihm fehlt, was er will und was er mitbringt. „Es gibt beispielsweise Lehrer, die ihr Problem selbst erkennen, sodass ich es mit etwa fünf Therapiesitzungen und einer am Alltag orientierten Vorgehensweise beheben kann“, so die Logopädin. „Andere Patienten sind seit 30 Jahren heiser und werden nun von ihrem Arzt zu uns geschickt – bei ihnen ist die Motivation natürlich eine ganz andere.“ Die meisten funktionellen Störungen könnten völlig geheilt werden, berichtet Birte Heckmann, zum Beispiel jene von Lehrern, die zu laut sprechen. Es komme vor, dass Patienten nach einem halben Jahr zur Kontrolle kommen. Das sei eher selten, oft aber sinnvoll, um das Erarbeitete zu verfestigen.

### Stimmtraining für Gehörlosen

Ein Fall hat die Therapeutin in ihrer Karriere besonders beeindruckt: Vor sieben Jahren kam ein etwa vierzigjähriger Patient zu ihr mit der Diagnose Neurofibromatose Typ 2. Dabei handelt es sich um eine erbliche Tumorerkrankung, bei der sich Tumoren an den Nervenzellen bilden. „Der Patient erzählte, dass er durch eine OP am Hörnerv ertaubte“, erzählt Heckmann. „Er wusste das vorab, verschenkte seine Schallplatten-Sammlung und fuhr ans Meer, um noch einmal das Wellenrauschen zu hören.“ Bei Gehörlosigkeit ändern sich häufig Klang, Lautstärke und Artikulation der Stimme, da eine auditive Selbstkontrolle nicht mehr möglich ist. „Die Stimmtherapie erfolgte dann, indem Patienten Kehlkopf,

Resonanzräume und Atmung sensibel wahrnehmen, und durch meine ständige Rückmeldung zum Klang“, berichtet die Therapeutin. In der Stimmklinik könne sie außerdem durch Visualisierung anhand von Computerprogrammen die Besserung der Stimme unterstützen.

### Förderung der Behandlung von Krankenkassen abhängig

Die Logopädin bedauert es sehr, dass das Fachgebiet der Stimm- und Sprechstörungen nicht den Stellenwert besitzt, den es verdient – auch unter volkswirtschaftlichen Gesichtspunkten. „Wenn man bedenkt, welche Kosten zum Beispiel bei einem längeren Ausfall von Lehrern entstehen, wäre es sicher die bessere Alternative, die Behandlung in der Stimmklinik zu erstatten“, sagt sie. „Eine weitere Förderung hängt aber von den Entscheidungen der Krankenkassen ab“. ■

[ks]



## Deutsche Stimmklinik

(im "Spectrum" – auf dem Gelände des UKE)

Martinistraße 64

20251 Hamburg

Telefon: 040 5 13 13 007

Mail: kontakt@stimmklinik.de

www.stimmklinik.de