



Gelderland-Midden

## Nasaliteit (neusspraak)

Bij het praten gebruik je de lucht die je uitademt. Een deel van die lucht gaat naar buiten door de neus en een deel door de mond. Nasaliteit betekent dat de lucht tijdens het praten teveel of juist te weinig door de neus gaat. Er zijn drie soorten nasaliteit:

- gesloten nasaliteit : er gaat te weinig lucht door de neus
- open nasaliteit: er gaat te veel lucht door de neus
- mengvormen

Nasaliteit kan ontstaan door een lichamelijke afwijking of door de gevolgen daarvan, maar ook door een verkeerde gewoonte, die af te leren is.

### Gesloten nasaliteit

Bij gesloten nasaliteit klinkt de spraak “verstopt”. De lucht verdwijnt bij de uitspraak van de /m/, /n/ of /ng/ door de mond in plaats van door de neus.

Gesloten nasaliteit kan ontstaan door:

- verkoudheid
- neuspoliepen
- een scheef neustussenschot
- dikke, gezwollen, ontstoken amandelen
- zwelling van de slijmvliezen, bijvoorbeeld bij allergie
- vreemde voorwerpen in de neus, bijvoorbeeld knikkers of kralen
- imitatie

### Open nasaliteit

Bij open nasaliteit verdwijnt bij het praten lucht door de neus in plaats van door de mond. Dat is vooral te horen bij de uitspraak van klinkers, zoals /aa/, /oe/ en /ie/. Daardoor wordt de uitspraak onduidelijk. Open nasaliteit kan een lichamelijke oorzaak hebben, bijvoorbeeld:

- een aangeboren gehemelteafwijking, zoals een gehemeltepleet
- een verlamming van het gehemelte
- een gat in het gehemelte na een ongeluk met een lepel of lollystokje
- niet goed werkend gehemelte. Dit kan het geval zijn:
  - na het weghalen van de amandelen
  - bij slechthorendheid
  - bij vermoeidheid
  - bij spanning

### Mengvormen

Open en gesloten nasaliteit kunnen ook tegelijk voorkomen. Een voorbeeld van zo'n mengvorm is de spraak van een kind met een gehemeltepleet, dat ook verkouden is. Door de spleet ontsnapt te veel lucht door de neus (open nasaliteit). Maar door de verkoudheid kan de lucht juist niet door de neus ontsnappen (gesloten nasaliteit).

### **Tijdelijke nasaliteit**

Na het weghalen van de amandelen kan nasaliteit ontstaan. De neusamandel is een tijdlang zo groot geweest, dat het gehemelte niet meer “gewend” was om een goede afsluiting te maken. Daardoor ontsnapt te veel lucht door de neus. Meestal trekt die nasaliteit binnen een paar maanden weg.

### **Verminderen nasaliteit**

Soms kan met oefeningen geprobeerd worden de nasaliteit te verminderen. In andere gevallen is het verstandig om uw kind door een arts te laten onderzoeken. Dan weet u zeker of er voor de nasaliteit een lichamelijke oorzaak is of niet. De arts kan besluiten tot medische behandeling, bijvoorbeeld: amandelen weghalen of een neusspray voorschrijven. Nasaliteit kan o.a. verbeteren door deze spelletjes te doen:

*Blazen:* pluisjes wegblazen (van een paardenbloem), blaasvoetbal met watjes of papierpropjes, fluiten met de mond of op fluitjes, ballonnen opblazen, bellen blazen.

*Zuigen:* met een dik of dun rietje limonade, yoghurt of vla opzuigen, wangen naar binnen zuigen, papiertjes aan een rietje zuigen (bv. puzzelstukjes).

Zorg ervoor dat je altijd een schone neus hebt bij de spelletjes.

Verder kan nasaliteit verminderen door zoemen, neuriën en door te leren ademen door de neus.

### **Tot slot**

Heeft u vragen of behoefte aan een persoonlijk advies, dan kunt u terecht bij de logopedist van de GGD Gelderland Midden (afdeling Jeugdgezondheidszorg) die uw school bezoekt.

U vindt het telefoonnummer hieronder.