

# Globusklachten

**Er komen veel patiënten bij de KNO-arts met globusklachten, propgevoel of brok in de keel. 'Het is net of er een prop in mijn keel zit. Ik probeer hem weg te slikken, maar dat lukt niet. Er zit een korreltje in mijn keel. Ik moet steeds schrapen. Er zit een heleboel slijm in mijn keel.'**

Uiteraard wordt er grondig onderzocht of er werkelijk iets in de keel zit. Meestal is dat echter niet het geval. Hoe ontstaat dit gevoel? Het komt voor bij mensen die iets meemaken dat hen 'de keel uithangt'. Anders gezegd: 'ze kroppen problemen op'. Twee wijze uitdrukkingen die niet voor niets zijn ontstaan.

### **Oorzaak**

Tijdens het slikken wordt het strottenhoofd door de halsspieren naar boven getrokken. U kunt dat zien aan de adamsappel die bij het slikken op een neer gaat. Na de slikbeweging moet de adamsappel naar beneden gaan. Als de spieren gespannen blijven, door spanningen of andere oorzaken, dan zal het strottenhoofd niet helemaal naar beneden gaan, maar ergens blijven hangen. Dat heeft tot gevolg dat de patiënt zijn eigen strottenhoofd als een brok in de keel voelt.

Het slijmgevoel in de keel ontstaat doordat het neusslijmvlies elke dag veel slijm produceert dat regelmatig moet worden doorgeslikt. Hierbij komt nog het speeksel dat voortdurend wordt aangemaakt. Samen is dat één tot meerdere liters vocht per dag dat de meeste mensen doorslikken zonder zich dat bewust te zijn. Maar als u er op gaat letten merkt u dat u vaker slikt dan u denkt.

### **Wat kan er aan gedaan worden?**

In de eerste plaats is het meestal al een enorme opluchting om te horen dat er niets ernstigs aan de hand is. Vaak is dit al voldoende om de spieren te laten ontspannen.

Mocht dat niet het geval zijn, dan zult u zelf eens moeten zoeken wat het is dat u 'de keel uithangt'. Niemand is vrij van problemen. Ook u niet. Zijn er moeilijkheden op uw werk, in uw gezin, op seksueel gebied of met de financiën?

Kortom: overleg eens eerlijk met uzelf welke problemen u opkropt en probeer er dan iets aan te doen.

Een logopedist kan ook hulp bieden. Die kan u aanleren hoe u uw halsspieren beter kunt ontspannen. Mocht u naar verloop van tijd menen dat er toch iets in uw keel zit, aarzel dan niet een nieuw onderzoek aan te vragen.

## **Vragen**

Als u nog vragen heeft neem dan contact op met de polikliniek KNO, maandag t/m vrijdag van 09.00 - 16.00 uur, (0318) 43 43 45.