



DİL VE KONUŞMA  
TERAPİSTLERİ DERNEĞİ

# YETİŞKİN SES BOZUKLUKLARI



## Ses bozukluğu nedir?

Kişinin sesinin yaşına, cinsiyetine ve ait olduğu kültüre uygun olmayan perde (sesin inceliği-kalınlığı), şiddet (sesin kısıklığı veya çok yüksek olması) ve kaliteye (pürüzlülük boğukluk, vb.) sahip olması durumudur. Ses bozuklukları kişilerin mesleki ve sosyal yaşamlarını etkiler.

## Ses bozukluğu için risk faktörleri nelerdir?

Sesi yanlış kullanmadan kaynaklanan bazı özellikler, alışkanlıklar ve sahip olunan diğer hastalıklar ses bozukluğu meydana gelme olasılığını artırırlar. Bunlar sık boğaz temizlemek, yüksek sesle ve uzun süreli konuşmak, bağırarak, sesi uygun olmayan perdede kullanmak, sigara ve alkol tüketmek, reflü, tiroid hastalıkları, çeşitli nörolojik rahatsızlıklar, alerjiler, ses tellerini kurutan ilaçlar kullanmak olarak sayılabilir.

1

TOPLUMUN YAKLAŞIK  
%10'UNDA SES BOZUKLUĞU  
GÖRÜLÜR

2

ÖĞRETMENLERİN %50'Sİ  
MESLEK YAŞAMALARINDA  
EN AZ BİR KEZ SES  
BOZUKLUĞU YAŞAR

3

SES BOZUKLUĞU ŞİKAYETİ  
YAŞAYAN BİREYLERİN %70'İ  
PROFESYONEL SES  
KULLANICILARINDAN  
OLUŞUR

### SES BOZUKLUĞU BULGULARI NELERDİR?

Ses şiddetinin  
çok kısık ya da  
çok yüksek  
olması

Sesin çok kalın  
veya çok ince  
olması. Seste  
kırılmaların  
meydana  
gelmesi

Kaba, pürüzlü,  
nefesli ve boğuk  
ses

Zayıf, güçsüz ses  
üretimi

Seste titremeler

Konuşurken  
veya şarkı  
söylerken daha  
fazla güç  
harcamaya  
başlamak

Konuşurken  
boğazda ağrı,  
batma hissi

# Ses bozukluklarının değerlendirilmesi

Ses bozukluğu öncelikle bir Kulak Burun Boğaz (KBB) hekimi tarafından, ses telleri laringoskop adı verilen görüntüleme yöntemiyle muayene edilmektedir. KBB hekimi ses bozukluğu açısından tanılar ve daha sonra ses bozukluğu bir dil ve konuşma terapisti tarafından değerlendirmeye alınır. Dil ve konuşma terapisti, sesin kullanımıyla ilgili bilgi ve genel sağlık öyküsü aldıktan sonra bozuk sesle ilgili nesnel işitsel – algısal – görsel (bilgisayarlı ses analizi, akustik – aerodinamik ölçümleri, videostroboskopik değerlendirme vb.) fonksiyonel değerlendirme yapar. Fonksiyonel değerlendirmenin bir amacı da, terapötik geri-bildirim (biyofeedback) ile kişiye sesinin yanlış ve doğru kullanımını göstermektir. Ayrıca ses bozukluğu olan kişiler kendi seslerini öz-değerlendirme ölçekleri ile değerlendirir; yani, kişiler günlük ses kullanımlarına göre ses bozukluğunun yaşantılarına olan etkisini veya ne kadar zorlandıklarıyla ilgili deneyimlerini bildirirler. Böylece KBB hekimi tarafından konulan tanı ile dil ve konuşma terapisti tarafından bozukluğu saptanan sesin özellikleri (nefeslilik, kabalık, gerginlik, pürüzlülük vb.), sesin gün içinde kullanımıyla ilgili yanlışların tespit edilmesi birleştirilerek vaka için en uygun çevresel düzenlemeler yapılır, uygun terapi yöntemi belirlenir.

## Ses bozukluğu değerlendirmesi sonucunda, bir Dil ve Konuşma Terapisti,

- Ses bozukluğunun ayırıcı tanısına katkıda bulunur,
- Bozukluğun özelliklerinin ve şiddetinin klinik tanımını yapar,
- Ses bozukluğunun seyri hakkında bilgi sağlar ve müdahale önerilerinde bulunur,
- Uygun terapi yöntemini veya ses bozukluğunun yönetimi için uygun seçenekleri belirler,
- Gerekli durumlarda diğer profesyonellere (örneğin; odyolog, gastroenteorolog, nörolog) yönlendirme yapar.



**DİL VE KONUŞMA  
TERAPİSTLERİ DERNEĞİ**

Web adresi:  
[www.dktd.org](http://www.dktd.org)  
E-posta: [info@dktd.org](mailto:info@dktd.org)  
Tel: +90 (216) 428 95 51

## SES BOZUKLUĞUNA YOL AÇAN HASTALIKLAR NELERDİR?

Ses teli üzerinde nodül, polip veya kist gibi iyi huylu lezyonlar

Granüloma

Ses tellerinde ödem

Akut veya kronik larenjit

Ses telinde tek taraflı veya çift taraflı felç

Ses teli kanseri veya displazi gibi prekanseröz yapılar

Spazmodik disfoni

Paradoksisal vokal kord hareketi bozukluğu

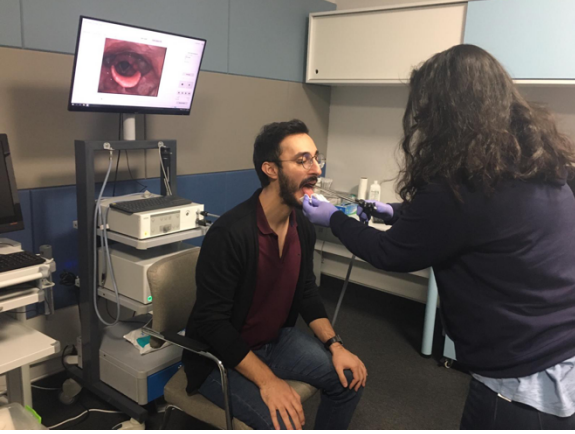
Kronik öksürük

Erkeklerde ergenlik döneminde sesin olgunlaşmaması (püberfoni)

Yaşlanmaya bağlı olarak ses tellerinde kas kaybı, ses perdesinde değişimler

Sulkus vokalis adı verilen ses telinin serbest kenarı üzerinde görülen oluklanma

## Ses terapisi nedir ve neleri kapsar?



Ses terapisi, var olan ses bozukluğunun ortadan kaldırılmasına yönelik uygulanan bir takım davranışsal, işitsel-görsel terapi teknikleri, ses hijyeni kuralları ve ses egzersizlerinden meydana gelmektedir. Bozuk olan ses, kişiye uygun ses terapisi tekniklerinin uygulanması, ses hijyeni alışkanlıklarının kazandırılması (sesi korumak amacıyla uyulması gereken kurallar) ve yanlış ses kullanımının önüne geçilmesiyle mümkün olan en optimum düzeye getirilir. Ses terapisi yaklaşımları doğrudan ve dolaylı olarak sınıflandırılabilir. Buna göre,

- Doğrudan ses terapisi yaklaşımlarında amaç ses kullanım davranışlarını değiştirmek ve sağlıklı ses üretimi sağlamak için ses üretim mekanizmalarının çalışmasını düzenlemektir. Bu amaçla çeşitli egzersizler kullanılır.
- Dolaylı ses terapisi yaklaşımlarında ise, ses üretimini oluşturan ve etkileyebilen diğer (bilişsel, davranışsal, psikolojik ve fiziksel) etmenlerin değiştirilmesi amaçlanmaktadır. Dolaylı yaklaşımda ses açısından ses bozukluğu yaşayan kişinin eğitimi ve dil ve konuşma terapisti tarafından rehberliği ile ses terapileri yürütülür.

**!!! Ses terapisi dil ve konuşma terapistleri tarafından verilmektedir ve terapilerin süresi ve sıklığı hastada var olan ses bozukluğuna ve ses özelliklerine göre değişkenlik gösterebilmektedir.**

## Ses hijyeni nedir?

Ses hijyeni kişilerin seslerinin daha sağlıklı olmasını veya sağlıklı kalmasını sağlamak amacıyla uymaları gereken kuralları içerir. Ses hijyenine göre,

- Günlük yeterli miktarda su tüketme,
- Sesi olumsuz etkileyecek kötü kullanım davranışlarından kaçınma (bağırma, çılgık atma, uzun süreli ve yüksek sesle konuşma),
- Sigara, alkol ve aşırı miktarda çay-kahve tüketmeme,
- Uykunun tam alınması,
- Reflü, solunum sıkıntısı gibi sesi etkileyen diğer durumları için uzmana başvurma,
- Seste yorulma ve zorlanma hissedildiğinde ses istirahati verme gibi kurallara uyarak sesi korumak ve iyileşmesine katkı sağlamak olasıdır.



**DİL VE KONUŞMA  
TERAPİSTLERİ DERNEĞİ**

Web adresi:  
[www.dktd.org](http://www.dktd.org)  
E-posta: [info@dktd.org](mailto:info@dktd.org)  
Tel: +90 (216) 428 95 51