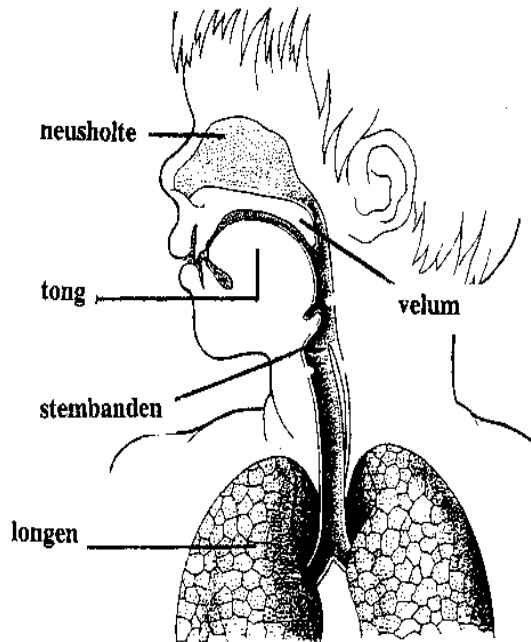


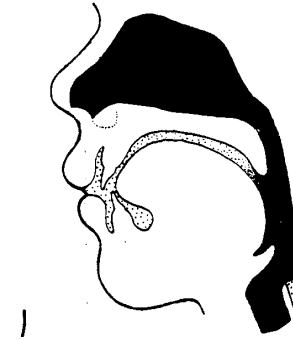
## Wat is nasaliteit?

Praten doe je met lucht. Die lucht komt uit de longen. Je praat dus op je uitademing. Dat kun je ook voelen. Houd je hand maar voor je mond als je bijvoorbeeld je naam zegt. Je stembanden zitten in je keel. Je stembanden zorgen ervoor dat de lucht gaat trillen en dat er geluid, klanken en woorden komen (fig. 1).



Meestal gaat de lucht (je adem) door je mond naar buiten als je praat. Bijna alle klanken worden zo gemaakt. Dit noemen we orale klanken (oraal = door je mond). Soms gaat de lucht ook door je neus. Dat gebeurt als je de letters /m-/ / n / of /-ng/ zegt. Dit noemen we nasale klanken (nasaal = door je neus). Voel maar eens met je wijsvinger naast je neus als je de letter /m/ zegt. Je voelt dat de lucht in je neus een beetje trilt.

Het verschil tussen nasale en orale klanken wordt veroorzaakt door het achterste, zachte stukje van je gehemelte. Dit heet het velum. Je velum is een spier en kan dus bewegen. Als je niet praat hangt het velum slap naar beneden. Er kan dan gemakkelijk lucht door je neus om in- en uit te ademen (fig. 2).



Bij nasale klanken (/m-/ / n / of /-ng/) beweegt het velum iets omhoog, maar kan er toch nog een beetje lucht door je neus naar buiten. Bij orale klanken (alle andere letters) sluit het velum de weg naar je neusholte af en moet de lucht dus door je mond naar buiten (fig. 3).



Er kan iets verkeerd gaan met die afsluiting. Of de lucht gaat langs de verkeerde weg naar buiten. Dan ontstaat er een ander geluid bij het praten dan eigenlijk de bedoeling is. Dat noemen we nasaliteit of neusspraak.

## Hoe ontstaat nasaliteit?

Er zijn twee duidelijk verschillende vormen van nasaliteit:

- Gesloten neusspraak (rhinolalia clausa)
- Open neusspraak (rhinolalia aperta)

Bij gesloten neusspraak moet de lucht eigenlijk door je neus, maar dat lukt niet. Je neus zit bijvoorbeeld dicht omdat je verkouden of allergisch bent. Of een grote neusamandel achter in je mond sluit de weg naar je neus af. Of er zit iets in de weg in je neus zelf. Het geluid van gesloten neusspraak kun je heel goed horen. Knijp je neus maar eens dicht en zeg dan: "mijn neus is dicht". Dat klinkt als "be deus is dicht".

Bij open neusspraak gaat er teveel lucht door je neus. Het velum maakt geen goede afsluiting. Er gaat dan te veel lucht door je neus. De velumspier is dus te kort of te slap. Een andere oorzaak kan zijn dat de KNO-arts je amandelen weggehaald heeft. Er is dan ineens heel veel ruimte achter in je mond. Met grote amandelen ben je gewend om de lucht met heel veel kracht naar buiten te sturen. Er zit namelijk iets "in de weg". Als je amandelen weg zijn, hoef je de lucht niet meer naar buiten te "duwen", maar dit gebeurt dan toch. De lucht komt dan ook door je neus naar buiten.

### **Wat kunnen we doen aan nasaliteit?**

Bij gesloten neusspraak moet je zorgen dat de lucht weer door je neus kan. Dat betekent vaak wachten tot je niet meer verkouden bent. Misschien ben je allergisch of heb je last van astma en zit hierdoor je neus verstopt. Er bestaan medicijnen (pillen, pufjes) die ervoor zorgen dat je het niet zo benauwd hebt. Vaak heb je die al van de dokter gekregen. Gebruik deze goed. Soms moet de KNO-arts kijken in je neus: of je neusamandel te groot is of dat er iets anders in de weg zit. Als je neusamandel te groot is, zal de KNO-arts hem meestal weghalen, zodat je weer beter kunt ademen.

Bij open neusspraak moet je zorgen dat het velum een goede afsluiting kan maken tussen je neusholte en je mondholte. Heel soms is hiervoor een operatie nodig. Meestal moet je oefenen om de velumspier sterker te maken. Hiervoor heeft de logopedist speciale praatoefeningen, ademoefeningen en spelletjes waarbij je moet blazen, zuigen, fluiten of slikken.

## **NASALITEIT**

