

Adviezen

- De eerste weken kunt u extra vermoeid zijn. Doe het rustig aan.
- Start niet met zelf oefenen. Als u de oefeningen niet op de juiste manier uitvoert, kan dit ook zorgen voor meer asymmetrie, meer spanning of soms zelfs pijn.
- Houd uw gezicht ontspannen en de bewegingen klein.
- Door extra aandacht te besteden aan uw kleding en kapsel wordt de aandacht afgeleid van de aangezichtsverlamming.
- Het kan prettig zijn om het gezicht te beschermen tegen de kou.

Indien u nog vragen hebt kunt u altijd contact met mij opnemen.

Wilma Gerrits.

Gecertificeerd mime therapeut



Gerrits
hoofd & hals

Tuin 32, 5103 CE Dongen

06 - 237 20 550

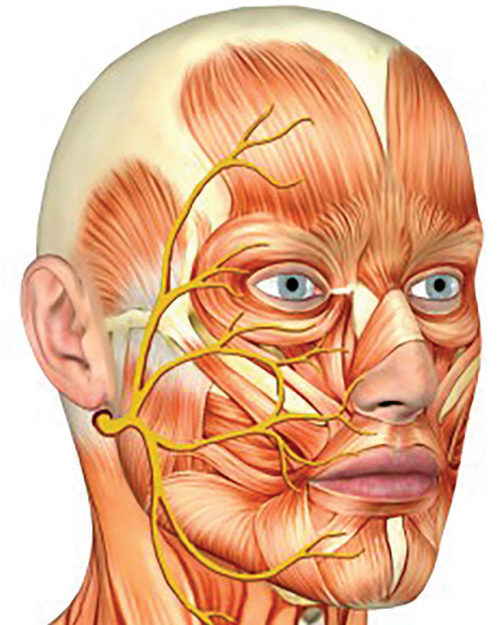
info@hoofdhals-klachten.nl

www.hoofdhals-klachten.nl

Mime-therapie



Gerrits
hoofd & hals



Gerrits hoofd & hals

Tuin 32, 5103 CE Dongen

06 - 237 20 550

info@hoofdhals-klachten.nl

www.hoofdhals-klachten.nl

Aangezichtsverlamming

Er is bij u aangezichtsverlamming vastgesteld. De medische term hiervoor is een facialis parese. Bij een aangezichtsverlamming kunt u één helft van het gezicht minder, of helemaal niet bewegen, omdat de aangezichts-zenuw (nervus facialis) is beschadigd.

Mogelijke oorzaken:

- Ongeval met schedelletsel
- Bij een ernstige middenoorontsteking
- De ziekte van Lyme
- Herpes simplex virus
- Het gordelroosvirus
- Een tumor die op de aangezichts-zenuw drukt
- Als complicatie na een operatie

Vaak is de oorzaak echter niet bekend. We spreken dan van een Bell's parese. Uw behandelend arts heeft met u besproken wat bij u de oorzaak is.

Een aangezichtsverlamming beïnvloedt de mimiek. Met mimiek druk je gevoelens en/of emoties als boosheid, blijdschap, verbazing en verdriet uit, door bepaalde gezichts-uitdrukkingen. De aangezichtsverlamming heeft ook invloed op spraak, eten en drinken.

Mimetherapie

Een bewezen effectieve behandelmethode bij aangezichtsverlamming is mimetherapie. Mimetherapie wordt gegeven door logopedisten en fysiotherapeuten die hiervoor een specifieke opleiding hebben gevolgd.

Het doel van de behandeling is de symmetrie in het gezicht bevorderen, zowel in rust als bij beweging. Tijdens de therapie leert u de bewegingen van het gezicht beter onder controle te krijgen. Zodat uw gezicht zo symmetrisch mogelijk beweegt bij eten, drinken of praten. Maar ook bij het uitdrukken van bepaalde emoties. U leert zo om in het dagelijkse leven beter met uw aangezichtsverlamming om te gaan.

Als mimetherapeut adviseer ik u om in een vroeg stadium de therapie op te starten. Indien er nog geen bewegingen mogelijk zijn kan ik u al wel uitleg geven en voorzien van praktische adviezen, van belang bij een aangezichtsverlamming. Mogelijk kunt u dan thuis al starten met eenvoudige massage-technieken.

Tijdens de eerste afspraak vindt er een zogenaamde 0-meting plaats. Ik onderzoek dan uw gezichtsspieren in rust en in beweging. Aan deze meting wordt een score gekoppeld. Later in de behandeling herhaal ik het onderzoek en kan ik vaststellen wat er verbeterd is in de mimiek.

Inhoud van de behandelingen

- Het zelf leren masseren van het gezicht
- Oefeningen voor het bewegen van de mond, neus, wang, ogen en voorhoofd
- Ontspanningsoefeningen voor het gezicht
- Het leren beheersen van ongewenste meebewegingen
- Aandacht voor klachten bij eten en drinken
- Oefeningen om de spraak te verbeteren.
- Expressie oefeningen
- Het omgaan met de aangezichtsverlamming

Het aantal behandelingen mimetherapie varieert per patiënt en is afhankelijk van uw herstel.

Gemiddeld worden er 5 tot 10 behandelingen ingepland. Daarnaast is het belangrijk dat u thuis actief en regelmatig oefent. De oefeningen voor thuis worden tijdens de behandeling met u doorgenomen. De rol van de mime-therapeut is begeleidend en ondersteunend.

