

Mimetherapie

Aangezichtsverlamming

Het niet goed werken van de spieren in het gezicht wordt een aangezichtsverlamming of facialis parese genoemd.

In een normale situatie werken de spieren van de linker en rechter gezichtshelft min of meer gelijk. Bij een aangezichtsverlamming is de bewegingsmogelijkheid van één gezichtshelft verminderd of helemaal uitgevallen. Deze verlamming kan door verschillende oorzaken ontstaan. Wat bij u de oorzaak is, heeft uw behandelend arts met u besproken (zie ook de folder perifere aangezichtsverlamming).

Er kunnen zogenaamde restverschijnselen ontstaan doordat de zenuw, de nervus facialis, niet of slechts gedeeltelijk is hersteld. Dit kan zich uiten door bijvoorbeeld een scheef gezicht, minder bewegingsmogelijkheden en/of ongewenste meebewegingen van mond en/of oog.

Een aangezichtsverlamming beïnvloedt niet alleen de mimiek, maar ook functies als eten, drinken en praten. Dit kan soms leiden tot psychosociale problemen.

Het kan zinvol zijn om in de fase dat er nog géén beweging mogelijk is de logopedist te consulteren voor uitleg, advies en het aanleren van massageoefeningen.

Start behandeling

Mimetherapie is een behandeling voor mensen met een aangezichtsverlamming, waarbij de functie gedeeltelijk is teruggekeerd. Zodra er weer enige beweging aan de aangedane kant van het gezicht zichtbaar is, kan de behandeling starten.

Doel behandeling

Het doel van de mimetherapie is het verminderen van hinderlijke restverschijnselen van de aangezichtsverlamming. Zo kunt u de controle over de gezichtsexpressie en de functie bij het eten, drinken en praten verbeteren.

U leert het verschil tussen spanning en ontspanning in het gezicht zien en voelen.

U leert ook om het gezicht zo normaal mogelijk symmetrisch te bewegen, zowel bij eten, drinken, praten als bij het uitdrukken van bepaalde emoties. U leert daardoor ook om in het dagelijks leven beter met uw aangezichtsverlamming om te gaan.

De behandeling

Bij het eerste bezoek wordt u door de logopedist uitgebreid onderzocht en wordt beoordeeld of u met mimetherapie kan starten. Zo ja, dan krijgt u informatie over de behandeling en over de verwachtingen van uw herstel. De specifieke behandeling is gericht op een voor u optimaal herstel. Het aantal behandelingen ligt meestal tussen de 8 à 10 keer.

Het is belangrijk dat u thuis regelmatig oefent. De oefeningen die u thuis moet doen, worden tijdens de behandelingen met u doorgenomen. De rol van de logopedist is begeleiden en ondersteunen.

Er wordt tijdens de therapie aandacht besteed aan:

- Massage van het gezicht.
- Oefeningen voor het bewegen van de mond, wang, ogen en voorhoofd.
- Het verschil tussen spanning en ontspanning.
- Beheersing van ongewenste meebewegingen.
- Verbetering van eten, drinken en spreken.
- Oefenen van gezichtsuitdrukkingen met en zonder spiegel.
- Omgaan met een aangezichtsverlamming.

Wat u zelf al kunt doen?

- Probeer uw gezicht zo ontspannen mogelijk te houden.
- Maak wanneer u uw gezicht beweegt, alleen maar kleine bewegingen.
- Probeer uw gezicht zo symmetrisch mogelijk te houden.

Soms wordt het advies gegeven om zelf alvast te gaan oefenen met 'gekke bekken trekken', maar dit raden we af, omdat hierdoor juist meer asymmetrie optreedt.

Vragen?

Bij vragen kunt u contact opnemen met het front office Fysiotherapie, Ergotherapie, Logopedie en Diëtetiek. Telefoonnummer: (076) 595 30 75.

www.amphia.nl