

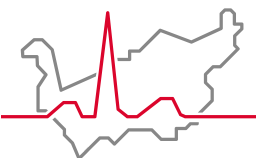
La dysphonie

INFORMATIONS AUX PATIENTS ET A
L'ENTOURAGE



Secteur médico-thérapeutique | Logopédie
Centre Hospitalier du Valais Romand (CHVR)

**Vous constatez que votre voix a changé, vous ne la reconnaissez plus, elle vous gêne ?
Un spécialiste de la rééducation vocale peut vous aider.**



Hôpital du Valais
Spital Wallis

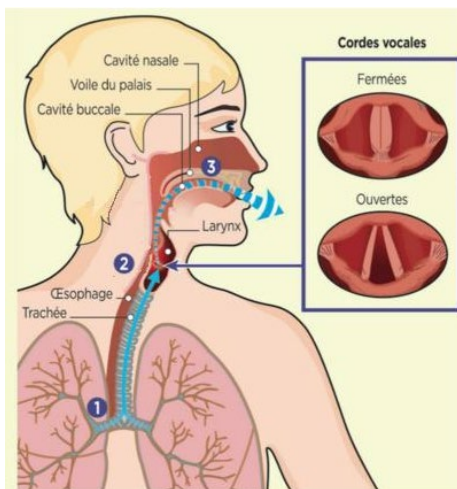
www.hopitalvs.ch | www.spitalvs.ch

LA VOIX, COMMENT ÇA FONCTIONNE ?

Pour parler on utilise : une soufflerie (l'appareil respiratoire), un vibreur (les cordes vocales) ainsi que des résonateurs (cavité buccale, cavité nasale).

Lorsque nous voulons faire de la voix, les deux cordes vocales situées à l'horizontal au niveau du larynx se ferment et l'air qui provient des poumons est donc ralenti. Toutefois, il exerce encore une pression suffisante pour finalement passer au travers de ces cordes en les faisant vibrer : c'est ce qui produit le son. Cette énergie sonore est ensuite modifiée en résonnant à travers le nez et la bouche.

Lorsque nous respirons, les plis vocaux restent ouverts, l'air peut ainsi traverser le larynx sans obstacle.



QU'EST-CE QUE LA DYSPHONIE ?

Définition

On parle de dysphonie (« dys » = trouble / « phonie » = voix) lorsque l'intensité, la hauteur et/ou le timbre de la voix sont perturbés.

C'est une pathologie assez fréquente qui traduit généralement l'inflammation bénigne et temporaire du larynx.

Toutefois, cette modification vocale peut se chroniciser et devenir durable. Dans ce contexte, il est nécessaire de procéder à une évaluation objective du larynx par un examen médical chez un ORL et/ou un phoniatre, afin de visualiser les cordes vocales et déterminer la cause du problème.

Causes

Les troubles de la voix peuvent être d'origine :

- Organique : une (ou les deux) corde(s) vocale(s) présente(nt) une lésion organique comme par exemple un œdème ou un kyste. L'atteinte peut être à l'origine des troubles vocaux ou avoir été entretenue par ces derniers.
- Fonctionnelle : une partie ou l'ensemble du geste vocal est déséquilibré ce qui génère ou entretient l'instabilité et la gêne vocale.

Manifestations

Les manifestations sont diverses et peuvent altérer de manière légère à sévère la qualité vocale.

Les principales altérations concernent :

- Un changement de hauteur (une voix plus grave ou plus aigüe)
- Un changement de l'intensité (voix trop faible ou trop forte)
- Un changement de timbre (une voix plus rauque, grinçante, serrée, forcée, voilée...)

Symptômes pouvant être associés

- Une fatigue importante
- Des maux de tête
- Des tensions dans la gorge et de la zone cervicale/scapulaire
- Des difficultés respiratoires

LE SUIVI LOGOPEDIQUE

Bilan

Lors des premières consultations, le patient et le/la logopédiste définissent ensemble les objectifs de prise en charge à travers un recueil anamnestique (origine du trouble, symptômes associés, hygiène vocale, habitudes d'utilisation de la voix) associé à un examen de la voix (timbre, hauteur, intensité) et du geste phonatoire (modes de respiration, coordination avec la voix, posture).

La prise en charge logopédique

En fonction des objectifs fixés, le thérapeute propose des exercices spécifiques et des conseils comportementaux en séance. Pour être efficaces, ces derniers doivent être réinvestis de manière fréquente et autonome entre chaque séance. Une réelle collaboration entre le patient et le thérapeute doit être instaurée pour une prise en charge optimale de la dysphonie.

QUELQUES CONSEILS GENERAUX

- S'hydrater de manière très régulière au cours de la journée
- Reposer régulièrement sa voix (pas de chuchotement).
- Ne pas parler trop vite
- Adapter sa posture à l'interlocuteur : se mettre face à lui et au même niveau (comme par exemple s'accroupir pour parler à un enfant)
- Signaler à votre entourage lorsque la voix se fatigue et adapter votre temps de parole
- Eviter de parler ou chanter dans des environnements bruyants, trop secs ou humides ou encore exposés à de la fumée
- Consulter en cas de reflux gastro-œsophagien (acidité)

Hôpital du Valais | Centre Hospitalier du Valais Romand (CHVR)

Secteur médico-thérapeutique

Service de logopédie

Hôpital de Sierre

Rue St-Charles 14, 3960 Sierre | T 027 603 94 39

Hôpital de Sion

Avenue du Grand-Champsec 80, 1951 Sion | T 027 603 94 39

Hôpital de Martigny

Avenue de la Fusion 27, 1920 Martigny | T 027 603 94 39

© Tous droits réservés. Aucun texte de ce document ne peut être reproduit sans l'autorisation du Service de la communication de l'hôpital du Valais.