

# RÖSTTREMOR

## Allmän beskrivning

Du har fått diagnosen rösttremor. Tremor betyder "skakningar", dvs ofrivilliga mer eller mindre rytmiska rörelser i muskulaturen. Tremor kan förekomma i alla kroppdelar men är vanligast i armar, ben och huvud. Om man har tremor i struphuvudets muskulatur brukar dessa vara kraftigast under tal. Röstens blir då ostadig, klangen kommer och går och talet uppfattas ofta som hackigt. Hos vissa blir talet krampaktigt pressat och hos andra svagt och läckande. Det beror på vilka muskler som är mest drabbade av tremorn och i vilken grad. Om även muskulaturen i svalget och tungan omfattas av tremor kan vokalljuden i talet bli påverkade, och då blir det svårare att uppfatta vad personen säger.

Den vanligaste formen av tremor är ärftligt betingad och kallas för "essentiell tremor". Patienter med Parkinsons sjukdom har ofta tremor i extremiteterna, men dessa är av en speciell art och inte desamma som skakningar "i röstens". I själva verket är tremor "i röstens" ovanligt vid Parkinsons sjukdom.

## Symptom

Kraftig rösttremor leder oftast till extrem trötthet i röstens. Att tala blir en kraftig påfrestning både fysiskt och psykiskt. Det känns som att hela tiden tala i uppförsbacke och mot ett motstånd. Ju mer man tar i desto mer tar det emot. Tremor förändras mycket lite om man förställer röstens (t ex talar i falsett) eller sjunger.

## Förekomst

Rösttremor förekommer i alla åldrar men är vanligast hos äldre. 8/10 patienter är kvinnor. Ingen vet exakt hur vanlig rösttremor är. Essentiell tremor anses förekomma hos 4/1000 personer. Ca 1/5 av dessa har rösttremor. Det skulle betyda att ungefär var tusende person har rösttremor i någon grad dvs. ungefär 9000 svenskar.

De flesta av dessa har lindriga besvär. Rösttremor kan uppstå efter stroke eller annan känd hjärnskada, men det vanligaste är att patienterna med rösttremor inte lider av några andra neurologiska symptom.

## Orsaker

Tremor är ärftlig i ca 60%. Orsakerna är bara delvis kända. Vid skador i de stora nervcellsansamlingar (kärnor) som sitter djupt i de stora hjärnloberna har man konstaterat att tremor kan uppstå liksom vid skador på lilla hjärnan. Omvänt har man kunnat minska tremor genom elektrisk stimulering av sådana centra.

Sannolikt beror symptomen på att kedjor av nervbanor råkar kopplas så att signalerna cirkulerar runt utan att någonsin upphöra. Störningen vid rösttremor sitter alltså i centrala nervsystemet och inte i struphuvudet. Psykologiska faktorer är viktiga för hur man mår och kan hantera symtomen men anses inte orsaka sjukdomen.

## Utredning/behandling

Diagnosen ställs genom att lyssna på röstens och att undersöka struphuvudet där man kan se tremorn invändigt och ofta även utvändigt.

Katarina Olofsson, docent, överläkare i foniatri

Rösttremor kan inte botas. Behandling med s k betablockerare, egentligen en blodtrycksmedicin, kan lindra besvären något hos vissa patienter.

Den effektivaste behandlingen är injektioner i stämbanden av ett nervgift kallat botulinumtoxin (Botox), renframställt och utspätt med koksaltlösning. Injektionerna leder till att rösten försvagas kraftigt men samtidigt blir den stabilare och tremorn mindre framträdande. Förutom försvagad röst efter behandling med botox kan man också få övergående besvär att svälja lättflytande dryck. Efter en tid återfår rösten sin styrka under 3 och 6 månader innan rösten börjar återgå till det skakiga mönstret. Regelbunden botox behandling ger inte några kända långtidsbiverkningar. Det är svårt att på förhand veta om en enskild patient blir hjälpt av injektionsbehandling, men det är värt att pröva.

Röstbehandling hos logoped kan inte bota tremor men i många fall kan den vara ett värdefullt komplement till botox behandlingen. Detta gäller särskilt om perioderna med bra röst mellan injektionerna tenderar att bli för korta.