

## STÄMBANDSKNOTTRA OCH POLYP

### Allmän beskrivning

Du har konstaterats ha en godartad förändring på ena eller båda stämbanden, något av tillstånden stämbandsknottor eller stämbandspolyp. Dessa diagnoser är relativt vanliga bland patienter med röstbesvär som söker hjälp hos fonioter eller logoped. Polyper och knottor är lokaliserade svullnader på stämbandskanten som består av en utbuktning av det ytligaste lagret i slemhinnan. Svullnaden gör stämbandskanten ojämn och tyngre än normalt, vilket gör att både slutningen mellan stämbanden och deras svängningsrytm kan påverkas. En oförmåga att stänga stämbanden identifierar vi som heshet. Det vi kallar knottor finns alltid på båda sidor mitt emot varandra och har en bred bas mot stämbandskanten. Polyper kan vara enstaka eller finnas på flera ställen, de kan vara smal eller bredstjälkade. Graden av heshet avgörs av hur polypen ser ut och var den sitter på stämbandet.

### Symptom

Rösten är oftast hes. Den vanligaste beskrivningen är att den blir läckande och skrapig eller skrovlig. Om patienten tar i kraftigt för att få fram röst blir den pressad i karaktären. Hesheten är ofta kombinerad med trötthetskänsla och smärta vid röstansträngning, då hals- och stämbandsmuskler blir överansträngda. Man kan ha svårt att öka röststyrkan och svårt att göra sig hörd. Att sjunga kan bli svårt eller omöjligt. I miljöer med mycket omgivningsljud blir det ännu svårare att höras. Att vara hes kan innebära ett handikapp för den drabbade i såväl i yrkeslivet som privat.

### Förekomst

Stämbandsknottor hos vuxna drabbar främst kvinnor, företrädesvis mellan 16 och 35 år medan stämbandspolyp förekommer lika ofta hos män som hos kvinnor. Knottor förekommer också hos barn före puberteten men är då annorlunda till sin karaktär än hos vuxna

### Orsaker

Stämbandsknottor, eller ”-knutor”, orsakas av en för hög och långvarig röst användning utifrån vad rösten är tränad till. Om man talar mycket och starkt blir slemhinnan irriterad och svullen. Pratsamma, spontana och utåtvända personer drabbas lättare. Röststrängning under pågående förkylning med heshet är en stark riskfaktor. En sådan period kan ibland vara upprinnelsen till problemen. Fortsatt flitig röst användning kan göra att svullnaden mer eller mindre konstanta. Stämbandspolyp orsakas sannolikt av mer tillfällig stämbandsansträngning, till exempel i samband med långvarig hosta under en förkylning, då slemhinnan är extra känslig. En liten blödning i stämbandet som normalt går tillbaka, kan ibland vara tillräckligt för att en polyp skall bildas.

### Behandling

Knottor behandlas i första hand med logopedisk röstterapi. Det innebär att man tränar att använda rösten på ett funktionellt och optimalt sätt när man talar.

Katarina Olofsson, docent, överläkare i foniatri  
Tidsbokningen 090-785 91 39

Det är också viktigt att ändra sina vanor t ex när det gäller att överrösta buller. Besvären brukar minska ganska snabbt medan själva knotttrorna ofta tar lång tid på sig att minska och eventuellt försvinna.

Om knotttrorna består och besvären inte minskar avsevärt kan operation bli aktuell. Stämbandspolyper behöver oftast men inte alltid opereras bort. Före och efter operationen ges rutinmässigt röstterapi hos logoped för att få bästa resultat.