

Brok in de keel

Polikliniek KNO



Waar gaat deze informatie over?

Deze informatie is voor mensen die al langer dan drie weken een brokgevoel in hun keel hebben. We leggen uit:

- Waardoor het kan komen
- Wat je eraan kunt doen
- Wanneer er een lichamelijke oorzaak is

Wat is een brokgevoel?

Een brokgevoel in de keel komt vaak voor. Veel mensen schrikken ervan, maar meestal is het onschuldig.

Je kunt bijvoorbeeld het gevoel hebben dat:

- Er een klontje slijm in je keel zit dat je niet weg kunt slikken
- Er een graatje of korreltje vastzit
- Je keel branderig, pijnlijk of geïrriteerd aanvoelt
- Het gevoel zit meestal ter hoogte van het strottenhoofd (het stukje in je keel waarmee je praat en ademt).

Daardoor krijg je vaak de neiging om:

- Je keel te schrapen
- Te kuchen
- Vaak te slikken
- Soms komt er dan ook wat slijm mee.

Wanneer noemen we het een “brokgevoel”?

We spreken van een brokgevoel als er geen lichamelijke oorzaak wordt gevonden die de klachten kan verklaren. Er is dan dus niets kapot of beschadigd in de keel.

Wanneer kan er wel iets lichamelijks aan de hand zijn?

Als er een lichamelijke oorzaak is, merk je de klachten meestal vooral

tijdens het eten. Je stem kan dan ook schor of hees worden.

Waardoor kan een onschuldig brokgevoel komen?

Spierspanning

Als je slikt, kucht of je keel schraapt, gebruik je spieren in je keel en hals. Je kunt dat bijvoorbeeld zien aan je adamsappel (het bobbeltje voor in je hals). Die gaat omhoog en omlaag als je slikt.

Als deze spieren gespannen blijven, kun je het gevoel krijgen dat er een brok in je keel zit. Hoe meer spanning of stress je hebt, hoe meer last je vaak voelt. Ben je ontspannen? Dan worden de klachten meestal minder.

Slijmgevoel

Soms voelt een brokgevoel eigenlijk als slijm in je keel.

Je neus en keel maken elke dag veel slijm aan. Dat slik je automatisch door, zonder dat je het merkt. Samen met speeksel slikken we elke dag een paar liter vocht door. Normaal voel je dat niet. Maar als je er ineens op gaat letten, kan het voelen alsof er iets vastzit in je keel.

Wat kun je doen aan een onschuldig brokgevoel?

Geruststelling

Het helpt vaak al veel als de KNO-arts geen afwijkingen vindt.

Als je weet dat er niets ernstigs aan de hand is, verdwijnt het brokgevoel vaak vanzelf. Dat gebeurt meestal langzaam. Soms komt het nog even terug, maar na een paar weken of maanden is het meestal helemaal weg.

Stress

Stress en zorgen kunnen zich uiten in lichamelijke klachten.

De één krijgt rugpijn of hoofdpijn, de ander krijgt een brokgevoel in de keel.

Als je merkt dat spanning een rol speelt, kan je huisarts helpen.

Samen kun je kijken waar de spanning vandaan komt. Soms kan een andere hulpverlener ook helpen.

Logopedie

Soms kan logopedie behulpzaam zijn bij het bestrijden van de klacht. U leert dan oefeningen waarbij u leert de keel- en halsspieren beter te ontspannen.

Als het brokgevoel niet verdwijnt of als er klachten bijkomen, vraag dan een nieuw onderzoek aan. Soms heeft een op brokgevoel lijkende klacht namelijk wel een lichamelijke oorzaak.

Lichamelijke aandoeningen die een brok in de keel kunnen veroorzaken

Het brokgevoel kan een bijkomende klacht zijn van een lichamelijke afwijking. De meest voorkomende oorzaken zullen hierna worden besproken. Meestal gaat een dergelijke afwijking echter ook gepaard met andere klachten, zoals moeite vaste voeding te slikken, keelpijn, oorpijn of heesheid.

Uw KNO-arts zal dan ook eventuele andere oorzaken proberen op te sporen. Het is meestal niet nodig om alle onderzoeken te ondergaan die verderop op deze pagina worden besproken. Belangrijk is dat met een beperkt onderzoek de oorzaak wordt gevonden, zodat u zo snel mogelijk uit de onzekerheid bent en de behandeling kan beginnen. Onnodig onderzoek moet altijd worden vermeden.

Een kwaadaardige afwijking (keelkanker)

Hierover maakt men zich vaak de meeste zorgen. Een kwaadaardige aandoening van het slijmvlies van de keel, het strottenhoofd of de slokdarm is gelukkig zeldzaam. De kans hierop is wel sterk verhoogd bij langdurig roken en gebruik van overmatig alcohol. In geval het brokgevoel samengaat met stemverandering, moeite met eten, gewichtsverlies en oorpijn is onderzoek door een KNO-arts binnen 6 weken na optreden van de klachten noodzakelijk. Een kwaadaardige afwijking kan bij het eerste onderzoek meestal worden opgemerkt.

Neusbijholtenontsteking

Een ontsteking van de neusbijholten kan door extra ontstoken slijmafscheiding de keel irriteren, zodat een brokgevoel ontstaat. Begeleidende klachten zijn soms hoofdpijn, snot, neusverstopping en reukverlies.

Allergie

Allergie voor met name de huisstofmijt, een bestanddeel van huisstof, leidt meestal tot klachten van neusverstopping, maar kan zich ook uiten in de keel, waar het een schraal, jeukend of brokgevoel kan veroorzaken.

Vergrote tongamandel

Helemaal achter op de tong bevindt zich de tongamandel. Door deze ligging is de tongamandel meestal niet direct in de keel zichtbaar. Als in het verleden de keelamandelen zijn verwijderd, komt het een enkele keer voor dat de tongamandel zich vergroot. Deze vergrote tongamandel kan dan een brokgevoel geven. Dit brokgevoel kan ook ontstaan als de tongamandel chronisch ontstoken is. Bij een ontsteking kunnen ook andere klachten, zoals keelpijn, een vieze smaak en koorts optreden.

Spierspanning van het strottenhoofd

In en rondom het strottenhoofd lopen spiertjes, onder andere die van de stembanden. Bij verkeerd stemgebruik wordt een deel te intensief gebruikt. Dit kan een brokgevoel geven.

Aanlegstoornis van het strottenhoofd

Bij sommige mensen kunnen de stembanden zich soms niet goed sluiten. Hierdoor is de stem niet krachtig genoeg, zodat de stem gemakkelijk wordt geforceerd. Naast een brokgevoel klaagt men dan soms ook over een hese stem of een onvoldoende krachtig stemgeluid.

Spierspanning van de slokdarmingang

De slokdarmingang is een kringspier die bij een aantal patiënten een te hoge spanning heeft. Dit kan als een brokgevoel worden ervaren. Schrapen van de keel en kuchen verhoogt juist deze spanning en onderhoudt de klacht.

Bij mensen met een middenrifbreuk werkt het klepmechanisme tussen slokdarm en maag onvoldoende. Hierdoor kan maagzuur in de slokdarm omhoog komen. Om de overloop van het maagzuur in het strottenhoofd en de luchtpijp te voorkomen ontstaat een hogere spanning in de kringspier van de slokdarmingang met het brokgevoel als gevolg.

Reflux

Een brokgevoel in de keel kan ook door reflux van maagzuur veroorzaakt worden. Maagzuur kan in de slokdarm omhoog komen. Om de overloop van het maagzuur in het strottenhoofd en de luchtpijp te voorkomen, ontstaat een hogere spanning in de kringspier van de slokdarmingang met het brokgevoel als gevolg.

Dit kan gebeuren bij mensen met een middenrifbreuk, waarbij het klepmechanisme tussen slokdarm en maag onvoldoende functioneert. Echter, ook bij mensen zonder middenrifbreuk kan zure reflux voorkomen. Uw huisarts of KNO-arts kan u hiervoor, indien nodig, een proefbehandeling met maagzuurremmers voorschrijven.

Vergrote schildklier

De schildklier ligt pal voor en onder het strottenhoofd. Een vergrote schildklier kan soms zo tegen het strottenhoofd drukken dat dit merkbaar wordt als een brokgevoel. Vaak zijn er ook bijkomende klachten van een te traag of te snel werkende schildklier.

Slijtage van de halswervels

De randen van de halswervels raken op oudere leeftijd aan de voorzijde verdikt. Omdat de slokdarm tegen de voorzijde van de halswervels aanligt, kunnen deze verdikkingen een brokgevoel geven.

Chronische keelontsteking

Hiervan is sprake als het slijmvlies in de keel langdurig wordt geprikkeld door neus- en neusbijholtenproblemen, maagzuur, prikkelende stoffen of droge lucht.

Bij bepaalde ziekten, zoals suikerziekte en bloedarmoede, kan het slijmvlies chronisch ontstoken zijn. Hierbij treden klachten op van een gevoelige plek in de luchtpijp, kriebel in de keel, hardnekkig hoesten, branden, neiging tot schrapen en lastig slikken.

Roken, alcohol, koffie en sterk prikkelende stoffen (bijvoorbeeld pepermunt, drop en chocolade) houden deze klachten in stand, al lijken ze een tijdelijke verlichting te geven. Dat is echter maar schijn.

Zenkerdivertikel

Door een zwakke plek tussen de spieren van de slokdarmingang ontstaat een uitstulping in de vorm van een zakje waardoor klachten kunnen ontstaan van bemoeilijkt slikken, opgeven van doorgeslikt voedsel, borrelende geluiden aan de hals, slijm in de keel, vermagering, onwelriekende adem, verslikken en hoesten bij liggen.

Angina pectoris

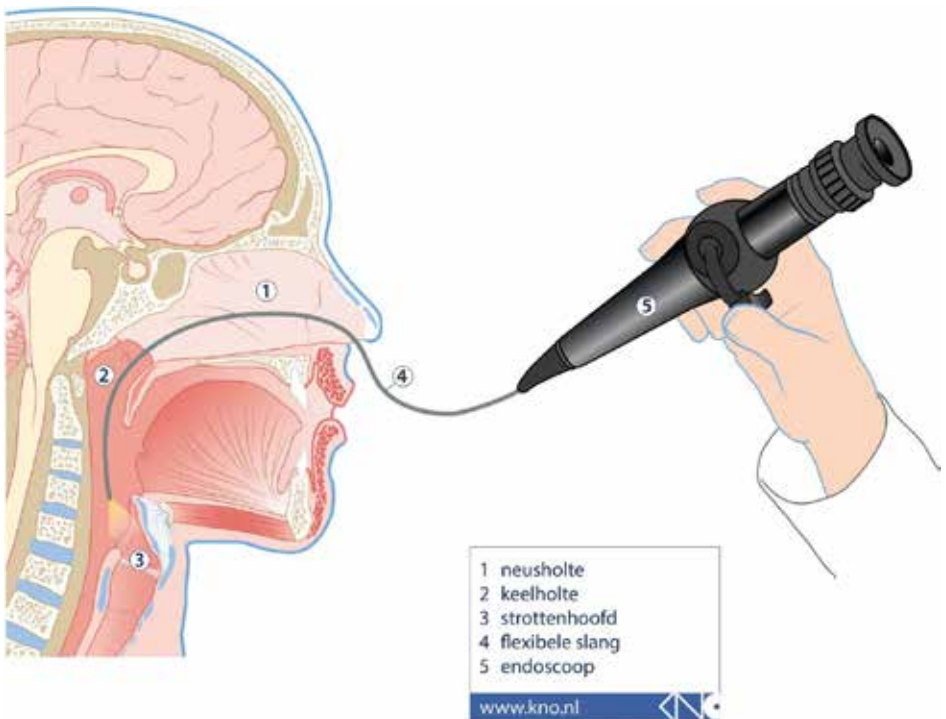
Door onvoldoende doorstroming van de kransslagaderen van het hart ontstaat bij lichamelijke inspanning pijn op de borst en/of pijn uitstralend naar de linkerarm. In zeldzame gevallen echter geeft inspanning alleen een brokgevoel.

Onderzoek naar lichamelijke oorzaken van een brok in de keel

Fiberscopie

Om de neus, neusbijholten, neus-keelholte, tongbasis en het strottenhoofd te inspecteren gebruikt de KNO-arts een fiberscoop (endoscoop). Dit is een buigzaam kijkertje van fiberglas in de vorm van slang met een dikte van 4 mm. Na eventueel verdoven van de neus- en keelholte met een spray, wordt de fiberscoop via de neus opgeschoven tot voorbij het zachte gehemelte. Op deze wijze kan de keel en het strottenhoofd goed zichtbaar worden gemaakt. Meestal kunt u zelf meekijken op het beeldscherm.

N.B. Als de neus-keelholte is verdoofd met een spray moet u zeker 1 uur wachten met eten en drinken. Dit om te voorkomen dat u zich verslikt.

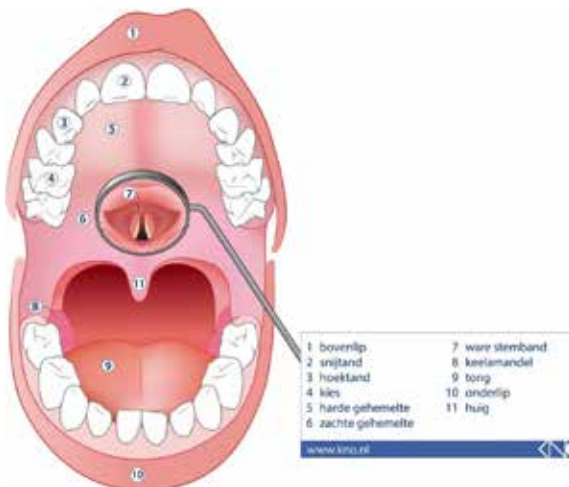


Keelspiegelen

Soms wordt de keel en het strottenhoofd met een spiegeltje bekeken. Nadat de mond zover mogelijk is geopend heeft en de tong zover mogelijk wordt uitgestoken, wordt deze door de KNO-arts met een gaasje vast gehouden. Een verwarmd spiegeltje wordt vervolgens in de keel gebracht en met het licht van de voorhoofdlamp onderzoekt de KNO-arts uw keel en strottenhoofd. Blijf tijdens dit onderzoek rustig ademen en probeer een eventuele kokhalsreflex te onderdrukken. U hoeft niet bang te zijn dat u te weinig lucht naar binnen krijgt want er is ruimte genoeg om te ademen terwijl het spiegeltje in de keel is (zie plaatje).

Op verzoek van de KNO-arts moet u “iiii” zeggen.

Houdt dit een aantal tellen aan. Het gaat om de functie van de stembanden te beoordelen en niet om het geproduceerde stemgeluid. Meestal lukt het zo het strottenklepje, de stembanden en de ingang van de slokdarm goed te bekijken. Indien u op verzoek “he, he” zegt, kan ook de beweeglijkheid van de stembanden worden onderzocht. Dit onderzoek vindt plaats bij het eerste bezoek aan de KNO-arts duurt enkele minuten.



Röntgenfoto.

Het is zelden nodig röntgenfoto's van de hals en slokdarm te maken. Zo

nodig kan een foto worden gemaakt van de neusbijholten. In zeldzame gevallen wordt een scan gemaakt van de neusbijholten, keel, hals of schildklier.

Allergieonderzoek

Het meest betrouwbare onderzoek naar allergie vormt de huidtest. Hierbij wordt door een krasje of prikje in de huid een kleine hoeveelheid vloeistof in de huid aangebracht.

Twintig minuten na het aanbrengen van een twintigtal verschillende krasjes kan nagegaan worden of er een allergie bestaat.

Ook kan via het laboratorium een bloedonderzoek op allergie worden verricht.

Logopedisch onderzoek

Bij intensief stemgebruik kunt u naar de logopedist(e) worden verwezen. Deze is deskundig op het gebied van de stem en kan bij keelklachten door foutief stemgebruik hulp bieden. Dit is vooral van belang bij beroepen waar men van de stem afhankelijk is.

De logopedist(e) verricht onderzoek, geeft adviezen of gaat over tot logopedische behandeling. Hierbij wordt aandacht gegeven aan lichaamshouding, ademhaling en aan een ontspannen manier van stemgebruik. Afhankelijk van de onderzoeksbevindingen wordt de oorzaak van de klachten met u besproken en kan een behandelplan worden opgesteld.

Slotwoord

Het is niet mogelijk om op deze voorlichtingspagina alle details van een brok in de keel te beschrijven (zie ook de tekst op de introductiepagina). Het kan zijn, dat u ondanks de uitleg van uw KNO-arts nog vragen heeft of dat u meer informatie wilt. Aarzel dan niet contact op te nemen met uw KNO-arts en om nadere uitleg te vragen. Aan dat verzoek zal graag worden voldaan.



Let op: In deze folder staat informatie die belangrijk is voor u. Heeft u moeite met de Nederlandse taal? Lees deze folder dan samen met iemand die de informatie voor u vertaalt of uitlegt.

Please note: This leaflet contains information that is important for you. If you have trouble understanding the Dutch language, you should read this leaflet together with someone who can explain the information or translate it for you.

Dikkat: Bu broşür sizin için önemli bilgiler içerir. Hollandaca okumakta zorlanıyor musunuz? O zaman broşürü bilgileri sizin için çeviren ya da açıklayan biriyle okuyun.

Uwaga: Ta ulotka zawiera ważne dla Ciebie informacje. Masz trudności ze zrozumieniem języka holenderskiego? Przeczytaj tę ulotkę razem z kimś, kto przetłumaczy jej treść lub będzie w stanie wyjaśnić zawarte w niej informacje.

انتبه: هناك معلومات مهمة بالنسبة لك في هذا المنشور. هل تواجه صعوبة في اللغة الهولندية؟ اقرأ إذن هذا المنشور مع شخص آخر يترجم أو يشرح لك المعلومات.