

Nasaliteit (neusspraak)

Als je praat, gebruik je de lucht die je uitademt. Een deel van die lucht gaat naar buiten door de neus en een deel door de mond.

Nasaliteit betekent dat de lucht tijdens het praten teveel of juist te weinig door de neus gaat.

Welke soorten nasaliteit zijn er?

- gesloten nasaliteit: er gaat te weinig lucht door de neus
- open nasaliteit: er gaat te veel lucht door de neus
- mengvormen

Hoe ontstaat nasaliteit?

Nasaliteit kan ontstaan door een lichamelijke afwijking of door de gevolgen daarvan. Maar nasaliteit kan ook ontstaan door een verkeerde gewoonte. Die gewoonte is af te leren.

Wat is gesloten nasaliteit?

Bij gesloten nasaliteit klinkt de spraak 'verstopt'. De lucht verdwijnt bij de uitspraak van de **m**, **n** of **ng** door de mond in plaats van door de neus.

Gesloten nasaliteit ontstaat door:

- verkoudheid
- neuspoliepen
- een scheef neustussenschot
- dikke, gezwollen, ontstoken amandelen
- zwelling van de slijmvliezen, bijvoorbeeld bij allergie
- vreemde voorwerpen in de neus, bijvoorbeeld knikkers of kralen
- imitatie (nadoen van neusspraak van anderen)

Gesloten nasaliteit kun je verminderen door het leren ademen via de neus.

Wat is open nasaliteit?

Bij open nasaliteit gaat bij het praten lucht door de neus in plaats van door de mond. Dat is vooral te horen bij de uitspraak van de klinkers, zoals **aa**, **oe** en **ie**. Daardoor wordt de uitspraak onduidelijk.

Open nasaliteit heeft een lichamelijke oorzaak:

- een aangeboren gehemelteafwijking, zoals een gehemeltepleet
- een verlamming van het gehemelte
- een gat in het gehemelte na een ongeluk met een lepel of een lollystokje

Open nasaliteit ontstaat doordat het gehemelte niet goed werkt:

- na het weghalen van de amandelen
- bij slechthorendheid
- bij vermoeidheid
- bij spanning

Open nasaliteit kan verminderen door blaas- en zuigoefeningen. Daardoor train je de spieren van het gehemelte om beter de weg door de neus af te sluiten.

Kijk voor meer informatie over mondgewoonten en oefeningen op de website van GGD Noord- en Oost-Gelderland (ggdnog.nl) bij Jeugd en opvoeden / Folders Jeugdgezondheidszorg / Logopedie.

Wat is een mengvorm van nasaliteit?

Open en gesloten nasaliteit kunnen ook tegelijk voorkomen. Bijvoorbeeld de spraak van een kind met een gehemeltespleet, dat ook verkouden is. Door de spleet ontsnapt te veel lucht door de neus (open nasaliteit). Maar door de verkoudheid kan de lucht juist niet door de neus ontsnappen (gesloten nasaliteit).

Kan nasaliteit tijdelijk zijn?

Na het weghalen van de amandelen kan nasaliteit ontstaan. De neusamandel was een tijd te groot. En was het gehemelte niet meer 'gewend' om een goede afsluiting te maken. Na het weghalen van de neusamandel ontsnapt te veel lucht door de neus. Meestal gaat die nasaliteit na een paar maanden over.

Hoe verminder je nasaliteit?

Door oefeningen kan de nasaliteit verminderen. Lukt dat niet? Laat dan uw kind door een arts onderzoeken. Dan weet u of er voor de nasaliteit een lichamelijke oorzaak is, of niet. De arts kan een behandeling voorstellen. Bijvoorbeeld: amandelen weghalen of een neusspray gebruiken.

Waar kan ik terecht met vragen over nasaliteit?

Wilt u meer informatie of advies over nasaliteit? Neem dan contact op met de logopedist van GGD Noord- en Oost-Gelderland op telefoonnummer 088 – 443 30 00.