

Mimetherapie

Bij aangezichtsverlamming

Deze folder is voor mensen met een aangezichtsverlamming. Deze kan door verschillende oorzaken zijn ontstaan. De aangezichtsverlamming kan recent zijn of al enige tijd aanwezig. Het is mogelijk dat er nog geen beweging van uw aangezicht is of dat de functie al gedeeltelijk is teruggekeerd. Uw arts heeft dit waarschijnlijk al met u besproken.

Wat is een aangezichtsverlamming?

Het niet goed werken van de spieren in het gezicht wordt aangezichtsverlamming genoemd. Normaal gesproken werken de spieren van de linker en rechter gezichtshelft min of meer gelijk (symmetrisch). Bij een aangezichtsverlamming is de beweging van één gezichtshelft verminderd of helemaal uitgevallen.

Daarnaast kunnen de spieren in het gezicht op een abnormale manier gaan meebewegen. Deze zogenaamde restverschijnselen ontstaan doordat de aangezichtszenew niet of slechts gedeeltelijk is hersteld. Omdat u last heeft van één van deze verschijnselen heeft uw behandeld arts u doorgestuurd naar logopedie voor mimetherapie.

Wanneer start u met mimetherapie?

De behandeling wordt meestal gestart zodra u de aangedane kant van uw gezicht weer kunt bewegen, ook al is het maar een hele kleine beweging. Wij adviseren u om in de periode dat er nog geen beweging is toch naar de logopedist te gaan voor het aanleren van massageoefeningen.

Doel van mimetherapie

Het doel van de therapie is om de symmetrie van beide gezichtshelften te bevorderen, zowel in rust als bij bewegen. Tijdens de therapie leert u het verschil tussen spanning en ontspanning in het gezicht te zien en te voelen. U leert ook om uw gezicht zo normaal mogelijk symmetrisch te bewegen, zoals bij eten, drinken, praten en het uitdrukken van emoties. Hierdoor gaat u in het dagelijkse leven beter om met uw aangezichtsverlamming.

De therapie

Bij het eerste bezoek bekijkt de logopedist of mimetherapie bij u nuttig is. De therapie richt zich op de volgende oefeningen:

- massage van uw gezicht;
- het bewegen van uw mond, neus, wang, ogen en voorhoofd;

De informatie in deze folder is van algemene aard en is bedoeld om u een beeld te geven van de zorg en voorlichting die u kunt verwachten. In uw situatie kunnen andere adviezen of procedures van toepassing zijn. Deze folder is dan ook slechts een aanvulling op de specifieke (mondelijke) voorlichting van uw specialist of behandelaar.

- het verschil tussen spanning en ontspanning van het gelaat;
- beheersing van ongewenste meebewegingen;
- verbetering van eten, drinken en spreken;
- het oefenen van gezichtsuitdrukkingen met en zonder spiegel;
- het omgaan met de aangezichtsverlamming.

Eén behandeling duurt 30 minuten. Meestal zijn er zo'n 10 behandelingen nodig, daarnaast oefent u thuis actief en regelmatig.

Wij raden u af om te gaan oefenen door 'gekke bekken' te trekken, omdat hierdoor juist asymmetrie en/of ongewenste meebewegingen kunnen optreden.

Het resultaat van de therapie

De mate van het herstel van uw aangezichtsverlamming is van veel factoren afhankelijk. Mocht u al enkele jaren een aangezichtsverlamming (facialis parese) hebben en heeft u restverschijnselen ontwikkeld, dan verdwijnen deze niet door de therapie. Wel mag u verwachten dat u door regelmatig te oefenen en te masseren meer controle krijgt over uw gezicht en uw gezichtsuitdrukking.

Telefoonnummer

Mocht u na het lezen van deze folder een afspraak willen maken of heeft u vragen neem dan contact op met ParaMáx, telefoonnummer (040) 888 9040, op werkdagen tussen 08.30 en 17.00 uur. Of kijk op www.paramax.mmc.nl.