

RÖSTPROBLEM FÖLJER YRKET

Lärare, socialarbetare, jurister och präster bör tidigt få skadeförebyggande röstvård

Sveriges åtta foniatriska specialavdelningar har under ett halvårs tid rapporterat in data om nybesök av patienter med röstrubbningar. Fonasteni visade sig vara den i särklass vanligaste diagnosen, särskilt hos lärare. Dubbelt så många kvinnor som män sökte rösthjälp. Vid jämförelse med uppgifter från folk- och bostadsräkningen i Sverige 1990 var undervisningsyrkena klart överrepresenterade i materialet, liksom socialarbetare, jurister och präster. Behovet av förbättrad förebyggande röstvård i utbildningarna till dessa yrken är stort.

Vissa yrken ställer stora krav på rösten. De första medicinska beskrivningarna av röstfunktionsstörningar gällde prästernas röster. Fabricius ab Aquapendente lär redan år 1600 ha beskrivit »Maladies des prédicateurs» [1]. I England skrev man på 1700-talet om »clergyman's throat». I Danmark och Sverige användes på 1800-talet termen »prästhalssjuka». På den gamla goda tiden var det uppenbarligen prästerna som utsatte sina röster för de största påfrestningarna. Theodor Flatau i Berlin myntade i början av 1900-talet termen fonasteni, som beteckning för funktionell röstsvaghet hos sångare, lärare och militärer [2].

Små resurser för förebyggande röstvård

Vid en genomgång av den förebyggande röstvården i utbildningarna till olika röstkrävande yrken i vårt land, som gjordes av Röstfrämjandet för några år sedan [3], konstaterades att resurserna var alldeles otillräckliga på de flesta håll.

Författare

BJÖRN FRITZELL

professor, f d klinikchef, foniatriska kliniken, Huddinge sjukhus.

Tabell I. De tolv största diagnosgrupperna.

Diagnosgrupp	Antal patienter	Genomsnittsålder	Andel kvinnor, proc
Fonasteni	397	40 år	72
Stämbandsödem	99	47 år	89
Stämbandspolyp	79	39 år	59
Stämbandsknottor	78	29 år	97
Kronisk laryngit	69	46 år	26
Recurrens-pares	62	48 år	68
Habituell dysfoni	60	40 år	83
Akut laryngit	47	38 år	72
Sångröstproblem	38	31 år	68
Stämbandsgranulom	33	45 år	12
Stämbandscysta	23	36 år	65
Cancer laryngis	21	48 år	19
Andra diagnoser	196		–
Totalt	1 212		66

Uppgifter om förekomsten av röstproblem i olika yrkesgrupper är emellertid svåra att finna.

Med avsikten att få fram ett statistiskt underlag för arbetet med att utveckla den förebyggande röstvården beslöt Svensk foniatrisk förening att göra en insamling av data från landets foniatriska avdelningar. Under en sexmånadersperiod 1992–93 lämnades uppgifter om nybesök av patienter med röstrubbningar med avseende på diagnos, yrke, kön och ålder från läkarna vid de foniatriska avdelningarna på sjukhusen i Malmö, Lund, Göteborg, Linköping, Örebro, Stockholm (Karolinska sjukhuset och Huddinge sjukhus) och Uppsala. Definitionen av nybesök visade sig variera något mellan olika enheter, och ett visst mindre bortfall av uppgifter från enstaka håll förekom också av olika orsaker.

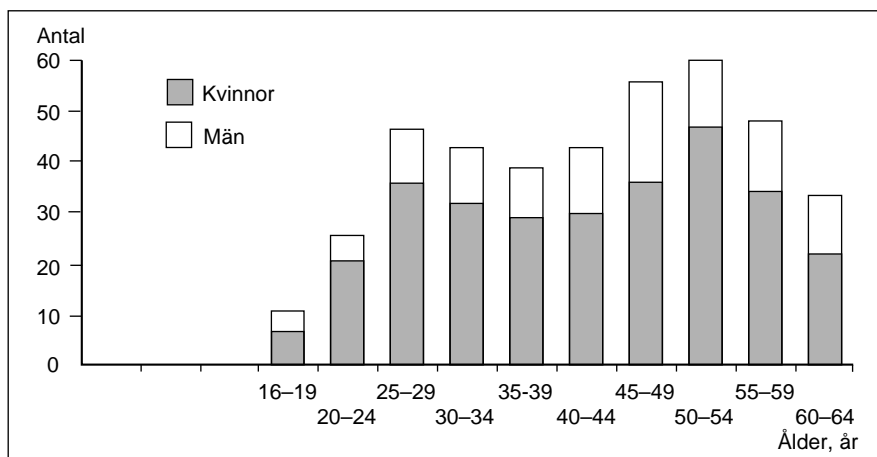
MATERIAL

Totalt erhöles uppgifter om 1 484 patienter, varav 185 ålderspensionärer, 29 förtidspensionärer, 2 arbetslösa utan yrkesuppgift samt 56 barn (1–15 år). Vid bearbetningen av data från de återstående 1 212 förvärvsarbetande patienterna noterades ett stort spektrum av diagnoser och yrken. För att materialet skulle bli hanterligt samlades likartade diagnoser och yrken till grupper; resultatet

blev 26 diagnosgrupper och 20 yrkesgrupper. De 12 största diagnosgrupperna och de 20 yrkesgrupperna återfinns i Tabell I och II. Båda kategorierna hade en grupp »övriga», till vilken ovanliga diagnoser och udda yrken som inte lät

Tabell II. Yrkesgrupperna i storleksordning och andel kvinnor.

Yrkesgrupp	Antal patienter	Andel kvinnor, proc
Lärare	197	76
Kontorsanställda	183	73
Manuellt arbetande	117	29
Studerande	101	74
Sjukvårdsyrken	92	93
Försäljningsarbetande	76	58
Arbetsledare, chefer	69	29
Sångare	66	67
Barnskötare	28	100
Egenföretagare	27	33
Telefonarbetande	26	85
Restauranganställda	23	78
Transportyrken	21	52
Åldringsvårdare	19	100
Skådespelare	12	67
Socialarbetare	12	92
Jurister	11	36
Musiker	7	57
Präster	5	80
Övriga	120	58
Totalt	1 212	66



Figur 1. Antalet fonastenipatienter (y-axeln) i olika åldersgrupper (x-axeln).

sig inlemmas i någon annan grupp hänfördes.

Indelning i yrkesgrupper

Indelningen i yrkesgrupper gjordes på basis av de yrkesbeteckningar som angivits i det insända materialet. I efterhand har en jämförelse gjorts med den officiella statistiken för Sverige [4] i de fall där grupperna är så distinkta att en jämförelse är möjlig. Några patienter hade åsatts mer än en diagnos, och för andra hade ett par yrken angivits. Vid bearbetningen reducerades informationen så att varje patient hänfördes till endast en diagnosgrupp och ett yrke.

RESULTAT

De tolv största diagnosgrupperna redovisas i storleksordning i Tabell I, liksom antalet kvinnor och män samt genomsnittsåldern. Av tabellen framgår att den största andelen patienter givits diagnosen fonasteni. Ålders- och könsfördelningen i fonasteni-gruppen visas i Figur 1.

Godartade ödem

Närmast därefter kommer tre grupper av godartade stämbandsförändringar som kan påverka rösten menligt. Bland patienterna med ödem dominerar helt det så kallade Reinke-ödemet, ett kroniskt ödem i stämbandskanterna, vars främsta orsak torde vara cigarettökning som ger kvinnor ett sänkt röstläge, vilket gör att de ibland förväxlas med män i telefon. Stämbandspolyper är också vanliga, men deras genes har, såvitt bekant, inte blivit föremål för systematiskt studium.

Det är en klinisk erfarenhet att polyper kan uppstå som en konsekvens av tillfälligt röstmissbruk, med stämbandsblödning som följd. Stämbandsknotttrors orsak anses vara ihållande bruk av stämman i ett högt läge. Köns- och åldersfördelningen visar klara skill-

nader hos patienterna med dessa godartade stämbandsförändringar (Tabell I).

Yrkesgrupperna anges i storleksordning i Tabell II. Yrkesgruppen lärare – omfattande undervisningsyrken inom flera olika områden och på olika nivåer, alltifrån instruktörer och förskollärare till professorer – visade sig vara den största.

Andelen patienter i olika grupper har jämförts med motsvarande data för hela Sverige, framräknade på basis av uppgifter i folk- och bostadsräkningen 1990 [4], där så varit möjligt. Jämförelsen redovisas i Tabell III.

En sammanställning av antalet patienter i de fem största diagnosgrupperna och de fem största yrkesgrupperna presenteras i Tabell IV. Av denna framgår att lärarnas speciella röstproblem är

Tabell III. Jämförelse med Sveriges yrkesaktiva befolkning 1990. Antal yrkesaktiva i det aktuella materialet var 1 212 (i Sverige totalt 4 491 493).

Yrkesgrupp	I det aktuella materialet, procent	I Sverige, proc
Lärare	16,3	5,9
därför förskollärare	3,1	1,4
musiklärare	1,3	0,16
Sjukvårdsyrken	7,6	6,6
Försäljningsarbetande	6,3	6,8
Barnskötare	2,3	2,5
Restauranganställda	1,9	3,3
Socialarbetare	0,99	0,26
Präster	0,41	0,13

Tabell IV. Antal patienter i de fem största yrkesgrupperna med de fem vanligaste diagnoserna.

Yrkesgrupp	Fonasteni	Stämbandsödem	Stämbandspolyper	Stämbandsknotttror	Kronisk laryngit
Lärare	108	12	8	14	2
Kontorsverksamma	69	20	9	5	5
Manuellt arbetande	15	6	9	2	26
Studierande	23	1	4	17	3
Sjukvårdsyrken	26	10	4	5	2

fonasteni. Kontorsverksamma har stämbandsödem i större utsträckning än andra stora yrkesgrupper. Knotttror är vanligare bland studierande än andra. Kronisk laryngit ses speciellt hos kroppsarbetare.

DISKUSSION

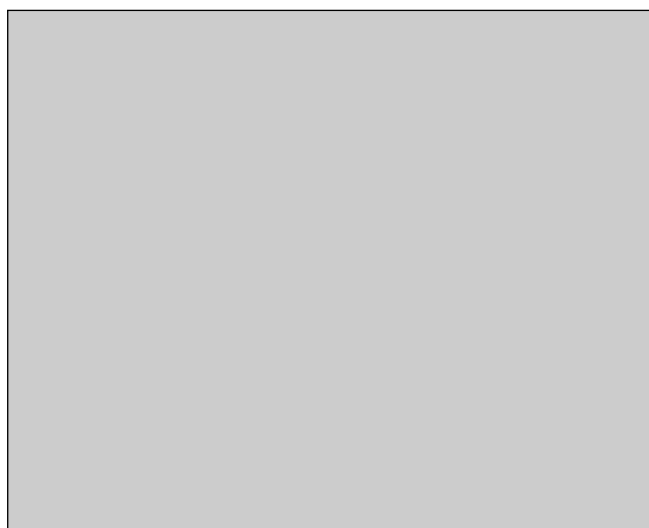
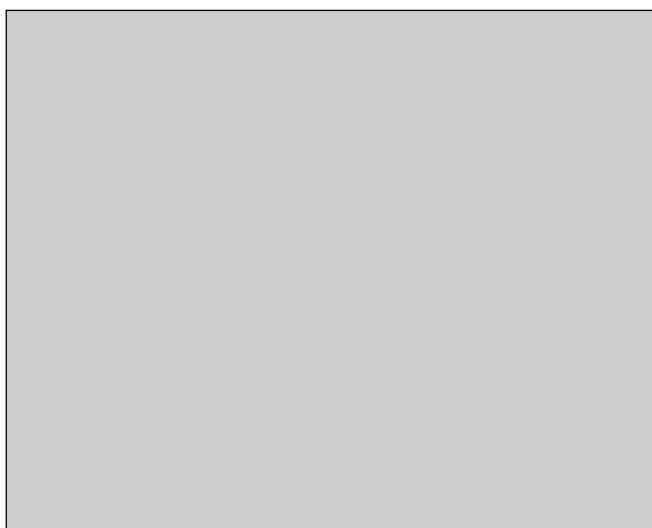
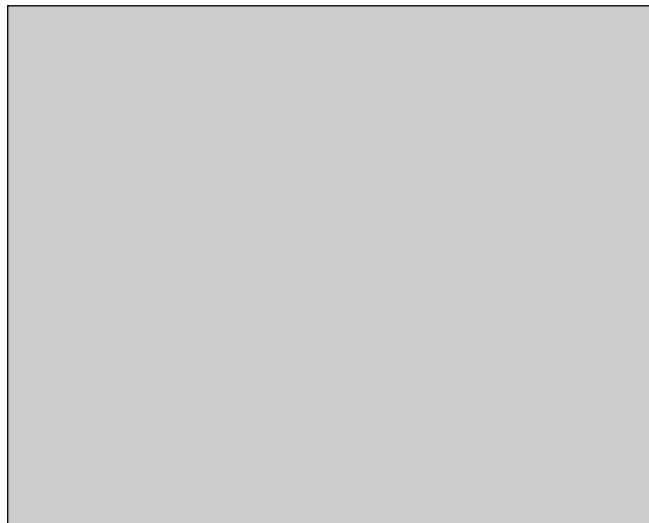
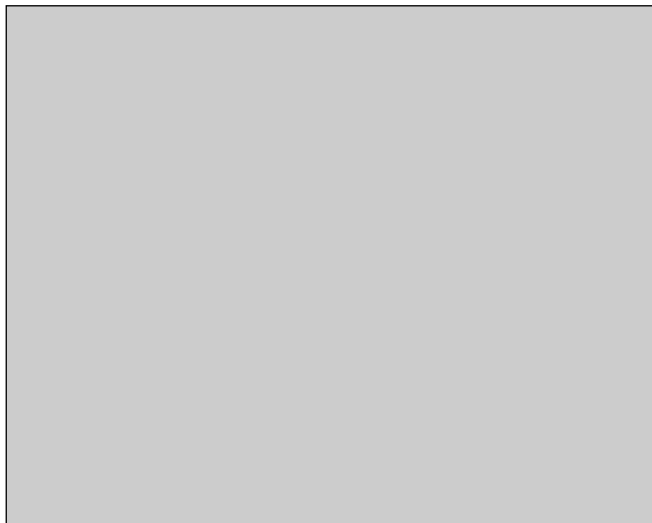
Den aktuella sammanställningen baseras på uppgifter från landets åtta foniatriska kliniker vid universitets- och regionsjukhus och gäller nybesök av patienter i arbetsför ålder med röstproblem. De flesta har remitterats från öron-, näs- och halsspecialister, medan andra har sökt direkt eftersom alla kliniker inte har remissväng. Materialet utgör följaktligen ett urval patienter som sökt rösthjälp i stora städer eller remitterats från landsorten till de stora sjukhusens specialkliniker.

Terminologisk blandning

Diagnoserna utgör en blandning av beteckningar såväl på organiska larynxförändringar som på funktionella störningar. I särklass vanligast är fonasteni, en funktionsstörning som karakteriseras av att rösten fungerar till belåtenhet i vardagslag men sviktar för påfrestningar, varvid patienten får obehags- och trötthetskänsla i halsen, harklingsbehov och blir hes, symtom som ökar med belastningen på stämman.

Diagnostermen fonasteni används numera bara i de nordiska länderna och har redan under seklets första hälft övergivits på den europeiska kontinenten. I de anglosaxiska länderna har den såvitt bekant aldrig fått fotfäste. I USA har man sökt sig fram med flera olika uttryck, exempelvis »vocal fatigue» [5], och »musculoskeletal tension disorder» [6], men man har inte kommit fram till något som vunnit burskap.

När det gäller godartade larynxförändringar, framkallade av ogynnsam röst användning eller rökning, framgår klara skillnader med avseende på köns- och åldersfördelning. Resultaten stämmer väl överens med uppgifter av Wendler och Seidner [7]. För stämbandsknotttror söker nästan uteslutande kvinnor i 20- och 30-årsåldern, stämbandspolyper ger problem hos både män och kvinnor i medelåldern, medan



kroniskt stämbandsödem leder till läkarbesök främst hos kvinnor omkring 50 års ålder.

Musiklärare en utsatt grupp

Många olika yrkeskategorier finns representerade. Siffrorna visar, som väntat, att lärare är en speciellt utsatt grupp och oftare söker rösthjälp än man skulle kunna förvänta sig rent statistiskt. Det är förvånande att musiklärare är åtta gånger vanligare i det foniatriska patientmaterialet än i Sverige som helhet.

I musiklärarutbildningen är uppenbarligen en förbättring av den förebyggande röstvården mycket viktigare än i någon annan yrkesgrupp. Av resultaten att döma bör, förutom lärare, också blivande jurister, präster och socionomer under sin utbildning bättre förberedas för röstpåfrestningar i sin kommande yrkesutövning. Det är bara fem präster som sökt foniatrisk hjälp under den aktuella perioden, och det är anmärkningsvärt att fyra av dem är kvinnor. Kan det vara så, att rösten lätt kommer i kläm när en kvinna utbildar sig till präst

och skall identifiera sig med en traditionellt faderlig och manlig yrkesroll?

Kvinnor söker oftare hjälp

Det är sedan länge känt att fler kvinnor än män söker hjälp för röstbesvär. Man kan spekulera om orsaken. Har kvinnor större behov av att tala än män? Eller är kvinnostämman sämre rustad att klara av röstpåfrestningar i ett bullrande yrkesliv? Kanske män är mindre nogräknade när det gäller röstens kvaliteter [8] och mindre benägna att söka läkarhjälp om rösten sviktar eller förändras?

Man kan fråga sig varför sjukvårdsyrken är så starkt representerade i materialet. Det är ju inte en grupp som är känd för att utsättas för röstpåfrestningar. Tvärtom anklagas vi ju ofta för att inte ha tid att tala med våra patienter. Förklaringen kan tänkas vara att foniatrisk vård inte är så väl känd i samhället, medan de som arbetar på sjukhus oftare kommer i kontakt med foniatrater och logopedier, och därför tar tillfället i akt att söka hjälp för röstproblem när dessa uppstår.

Någon foniatrisk sammanställning

Med dagens undersöknings- och dokumentationsteknik kan patienten erbjudas möjligheten att studera sina egna stämband från en videoupptagning gjord i samband med undersökningen. Videoprints kan framställas direkt och bifogas journal och eventuell remiss.

Överst t v visas ett friskt larynx fotograferat med hjälp av ett stelt endoskop och fast ljus under viloadning.

Överst t h samma larynxinndöme under fonation med god stämbandslutning.

Videoprintet t v visar stämbanden fotograferade med stelt endoskop och stroboskopisk ljuskälla under fonation, i svängningarnas slutenasfas. Videoprintet t h är gjort med samma teknik och visar samma stämband under svängningarnas öppenasfas.

av detta slag har, såvitt bekant, inte tidigare publicerats i facklitteraturen. Harrington-Hall och medarbetare [9] redovisade emellertid 1988 en likartad, men retrospektiv studie av 1 262 patienter i Ohio som undersökts av öron-, näs- och halsspecialister med indirekt laryngoskopi. I deras material utgjorde knottor, ödem, polyper, cancer och recurrens-pares på stämbanderna de största diagnosgrupperna, och pensionärer, hemarbetande, fabriksarbetare, arbetslösa, chefer/arbetsledare samt lärare de största yrkesgrupperna i nu nämnd ordning.

Rösten ett allt viktigare verktyg

För ett par sekler sedan arbetade de flesta av oss med kroppen. I vårt tidevarv är det kommunikation som präglar många yrkesutövaras vardag. Bullernivån är också betydligt högre än förr på många arbetsplatser. Rösten har blivit ett allt viktigare verktyg i arbetet. En klar och bärande röstklang i ett naturligt läge är en förutsättning för att man skall lyckas i kommunikationen med omgivningen.

För lärare av alla kategorier är detta speciellt viktigt. Tyvärr finns det inga mätningar av bullernivån i skolornas klassrum »på den gamla goda tiden» att jämföra med vad man kan mäta upp idag. Det är dock en gammal klinisk erfarenhet och väl dokumenterat i litteraturen att lärare ofta får röstproblem. I Paris fanns redan på 1950-talet en speciell röstklirik för lärare.

I en relativt färsk artikel rapporterar Pekkarinen och medarbetare i Helsingfors [19] om en enkätundersökning, vid vilken man jämförde svar från 478 lärare och 95 sjuksköterskor. Lärarna hade signifikant oftare röstbesvär, och besvärperioderna var längre. Calas och medarbetare i Bordeaux [11] redovisade 1989 en studie av 100 lärare som sökt för röstproblem vid en foniatrisk klinik. De uppgav att 86 föredde stämbandsförändringar, 96 led av rösttrötthet och 86 hade en »mauvaise attitude vocale».

I England startades år 1989 »Voice care and development for teachers project» [12, 13]. I detta ingår möten över hela England, där lärare erbjuds arbeta med att utveckla sin stämma under sakkunnig ledning.

Röstträning i unga år

Medvetenheten om vikten av röstträning kommer sent i livet, om ens någonsin. Alla barn skulle ha nytta av att redan i förskolan lära sig vilka möjligheter rösten kan erbjuda, inte bara genom sång, vilket självklart är mycket angeläget. Man kan leka med rösten på många andra sätt, man kan härma alla möjliga ljud, man kan viska och man kan ropa på rätt sätt och på fel sätt.

Alla förskollärare borde få en mycket grundlig träning av den egna stämma så att de kan hantera den optimalt. De behöver det för sin egen skull, eftersom bullernivån på deras arbetsplatser utsätter rösten för stora påfrestningar, och för att kunna lära barn att göra rösten till en rolig leksak och ett lydigt redskap i en ålder då lusten att lära är som störst.

Litteratur

1. Perelló J. Dysphonies fonctionelles. Folia Phoniatri Logop 1962; 14: 150-205.
2. Flatau T. Svaghet i rösten. Stockholm: Norstedt & Söner, 1912.
3. Förebyggande röstvård. Temanummer av Röstläget. Tidskrift för Röstfrämjandet februari 1993.
4. Statistisk årsbok 1993: 180-4.
5. Sander EK, Ripich DE. Vocal fatigue. Ann Otol Rhinol Laryngol 1983; 92: 41-5.
6. Koufman JA, Blalock PD. Vocal fatigue and dysphonia in the professional voice user: Bogart-Bacall syndrome. Laryngoscope 1988; 98: 493-8.
7. Wendler J, Seidner W. Ergebnisse operativer Behandlung von Knötchen und Polypen der Stimmrippen bei Erwachsenen. Folia Phoniatri Logop 1971; 18: 429-39.
8. Heaven L. Psychiatric observations on the personality structure of patients with habitual dysphonia. Logos (Bulletin of the National Hospital for Speech Disorders) 1958; 1: 21-6.
9. Harrington-Hall BL, Lee L, Stemple JC, Niemi KR, McHone M. Description of laryngeal pathologies by age, sex, and occupation in a treatment-seeking sample. Journal of Speech and Hearing Disorders 1988; 53: 57-64.
10. Pekkarinen E, Himberg L, Pentti J. Prevalence of vocal symptoms among teachers compared with nurses - a questionnaire study. Scandinavian Journal of Logopedics and Phoniatics 1992; 17: 113-7.
11. Calas M, Verhulst J, Lecoq M, Dalleas B, Seilham M. La pathologie vocale chez l'enseignant. Revue de laryngologie 1989; 110: 397-406.
12. Comins R. Voice in the curriculum. Voice (Journal of the British Voice Association). 1992; 1: 67-73.
13. Martin S. Voice care and development for teachers: survey report. Voice 1994; 3: 92-8.

MANNEN BAKOM SYNDROMET

Läkartidningens SYNDROMSERIE i bokform

Ett unikt medicinhistoriskt material, som ger en bild av männen (och en kvinna - Cornelia de Lange) bakom syndromen samt korta översikter över forskningsläge, diagnostik och behandling i dag.

Totalt 66 artiklar publicerade 1982-1989 har blivit en bok på 152 sidor i Läkartidningens format. Rikt illustrerad med bland annat 36 färgbilder. Därtill en sammanställning (i förminskat utförande) av de uppskattade tidningsomslag som hör till serien. Boken är inbunden och har hårda pärmar.

Beställ här:

..... exemplar Mannen bakom syndromet. Pris 150 kr/ex.

BESTÄLLARE:

.....

ADRESS:

.....

POSTNUMMER/POSTADRESS:

.....

Insändes till Läkartidningen, Box 5603, 114 86 Stockholm.

Beställning per fax: 08-20 76 19