

# Patiëntenvoorlichting

## Brokgevoel

### Onderzoek en behandeling

U heeft al lange tijd het gevoel dat er iets vastzit in uw keel. Dat wordt brokgevoel genoemd. De keel-, neus- en oorarts (KNO-arts) onderzoekt waar dat brokgevoel bij u vandaan komt. In deze folder leest u over het onderzoek en wat er mogelijk te doen is aan dit probleem.

### Wat is brokgevoel?

Een brokgevoel in de keel (ook wel globusgevoel genoemd) komt vaak voor. Het wordt brokgevoel genoemd als er géén lichamelijke afwijking wordt gevonden, die de klacht kan verklaren. Meestal is het een onschuldig probleem. Het gevoel zit vooral ter hoogte van het strottenhoofd. U krijgt daardoor het idee dat u steeds moet slikken, kuchen of schrapen. Daarbij kan in de keel wat slijm worden aangemaakt.

### Klachten

Mogelijke klachten kunnen zijn:

- een slijmprop in de keel die niet kan worden weggeslikt
- het gevoel dat er een graat of een korreltje in de keel zit
- een branderige, pijnlijke of geïrriteerde keel

### Oorzaken

Er zijn 4 belangrijke oorzaken van een brokgevoel. Ze kunnen tegelijk voorkomen en elkaar versterken:

- bij slikken, kuchen of schrapen, trekken bepaalde keel- en halsspieren aan. Als de spieren gespannen blijven, kan het gevolg zijn dat u een brok in de keel voelt. Als u minder gespannen bent, heeft u vaak minder last.
- bij schrapen van de keel en hoesten ontstaan kleine 'schaafwondjes' in het slijmvlies van de keel. Zo'n wondje kan een brokgevoel geven, omdat het een afwijkend, droog, schraal plekje is.
- soms komt maagzuur vanuit de maag, via de slokdarm, in de keel terecht (ook wel reflux genoemd). Het slijmvlies in de keel kan daardoor geïrriteerd raken. Deze irritatie kan een brokgevoel in de keel geven.
- slijm in de keel kan ook worden ervaren als brokgevoel. Normaal neusslijmvlies produceert elke dag veel slijm. Dat moet regelmatig worden doorgeslikt, net als het speeksel. Samen is dat een paar liter per dag. Normaal slikken we het onbewust door, maar als u zich erg bewust bent van het slijm en speeksel, kunt u dit als een brokgevoel ervaren.

## Onderzoek naar een lichamelijke oorzaak



### *Flexibel keelonderzoek*

Om de keel goed te onderzoeken, gebruikt de KNO-arts een kleine flexibele kijker: een fiberscoop. Het heeft een dun slangetje (4 mm), dat via de neus wordt ingebracht. Als u door de neus in- en uitademt, blaast u de weg open voor het slangetje. Het invoeren van het slangetje is niet gevoelloos, maar doet geen pijn. Hierna begint het onderzoek. De KNO-arts bekijkt de keel en de stembanden. Het onderzoek duurt 1 à 2 minuten. Na afloop kunt u op eigen gelegenheid naar huis.

### *Röntgenfoto's*

Een heel enkele keer is het nodig röntgenfoto's van de neusbijholten, hals en/of slokdarm te maken.

## **Wat kan aan een brokgevoel worden gedaan?**

### *Geruststelling*

Het is meestal al een opluchting als de KNO-arts geen afwijkingen vindt. Door deze geruststelling verdwijnt de klacht vaak vanzelf. Dit gebeurt meestal geleidelijk. Soms speelt het brokgevoel nog een beetje op. Na enkele weken tot maanden is het definitief verdwenen.

### *Stress vermijden*

Spanningen en persoonlijke problemen kunnen leiden tot verschillende lichamelijke klachten. De één krijgt bijvoorbeeld rugklachten of hoofdpijn, de ander een brokgevoel. Bij spanning en problemen kan uw huisarts vaak iets voor u betekenen. En als het nodig is, kan hij een andere hulpverlener inschakelen.

### *Anti-schraapadvies*

Slijm in de keel, een kriebel of brokgevoel wegwerken door te hoesten of schrapen, helpt vaak maar even. Het gevoel komt snel weer terug. Beter is het om een slokje water te drinken of even te neuriën (zoemen). Daardoor gaat het slijm geleidelijker over het (droge) schaafwondje in de keel heen. Als u zich ervan bewust bent dat u schraapt en u probeert dat te vervangen door neuriën, dan krijgt u uw klacht onder controle.

### *Vochtig houden (keel)slijmvlies*

Probeer zo veel mogelijk door de neus te ademen, dan droogt het (keel)slijmvlies niet uit. Bosbessensap drinken kan helpen het keelslijmvlies vochtig te houden.

### *Logopedie*

Soms helpt logopedie. U leert oefeningen om de keel- en halsspieren beter te ontspannen. De KNO-arts maakt samen met u een inschatting of dit voor u een zinnige behandeling is.

### *Medicijnen die maagzuur remmen*

Soms helpen medicijnen tegen maagzuur (maagzuurremmers) om het brokgevoel in de keel te verminderen.

### **Als de klacht blijft bestaan**

Als het brokgevoel niet verdwijnt of als er klachten bijkomen, vraag dan een nieuw onderzoek aan. Soms heeft een klacht die lijkt op brokgevoel toch een lichamelijke oorzaak. De KNO-arts geeft meestal aan wanneer de klacht helemaal verdwenen zou moeten zijn.

### **Uw vragen**

Voor vragen kunt u contact opnemen met de polikliniek KNO. De medewerkers van de polikliniek KNO zijn op werkdagen van 8:30 tot 16:30 uur bereikbaar op telefoonnummer: 072 - 548 3150.