

Waltraud Kutej

Prävention von Stimmstörungen

Die Stimme als wichtiges Arbeitsinstrument in Sprechberufen

Wissenschaftliche Schriften
im Schulz-Kirchner Verlag

Reihe 13
Beiträge zur Gesundheits- und
Therapiewissenschaft
Band 8

Waltraud Kutej

Prävention von Stimmstörungen

Die Stimme als wichtiges Arbeitsinstrument in Sprechberufen



Bibliografische Information der Deutschen Bibliothek

Die Deutsche Bibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.ddb.de> abrufbar.

Besuchen Sie uns im Internet: www.schulz-kirchner.de

1. Auflage 2011

ISBN Print: 978-3-8248-0854-0

© Schulz-Kirchner Verlag GmbH, Idstein 2011

Mollweg 2, D-65510 Idstein,

Vertretungsberechtigter Geschäftsführer: Dr. Ullrich Schulz-Kirchner

Druck und Bindung: Rosch-Buch Druckerei GmbH, Bamberger Str. 15

96110 Scheßlitz

Printed in Germany

Die Informationen in diesem Buch sind von der Verfasserin und dem Verlag sorgfältig erwogen und geprüft, dennoch kann eine Garantie nicht übernommen werden. Eine Haftung der Verfasserin bzw. des Verlages und seiner Beauftragten für Personen-, Sach- und Vermögensschäden ist ausgeschlossen.

Dieses Buch ist auch als E-Book erhältlich unter der ISBN 978-3-8248-0807-6

Inhalt

Vorwort	10
Einleitung	11
TEIL A: HINTERGRÜNDE UND THEORIEN	12
1. Aufbau, Zielgruppe und Ziele der Arbeit	12
2. Begriffserklärungen	15
2.1 Gesunde Stimme	15
2.2 Dysphonie - Stimmstörung.....	15
2.3 Dysodie - Störung der Singstimme	23
2.4 Berufsdysphonien	24
2.5 Epidemiologie.....	26
2.6 Prävention	26
2.7 Risikofaktoren	31
2.8 Früherkennung von Stimmstörungen	34
2.9 Stimmhygiene	39
3. Problembenennung.....	41
3.1 Herleitung des Themas.....	41
3.2 Stand der Wissenschaft.....	45
TEIL B: EMPIRIE.....	63
4. Methodisches Vorgehen.....	63
4.1 Darstellung und Entwicklung der Forschungsfragen	63
4.2 Forschungsdesign und Durchführung der Befragung.....	67
4.3 Erhebungsmethode.....	70
4.4 Auswertungsmethode.....	74
5. Ergebnispräsentation	76
5.1 Soziodemographische Merkmale	76
5.2 Forschungsfrage 1: Subjektive Selbsteinschätzung.....	79
5.3 Forschungsfrage 2: Einfluss- und Risikofaktoren.....	84
5.4 Forschungsfrage 3: Stimmhygiene	88
5.5 Forschungsfrage 4: Früherkennungsmaßnahmen.....	90
5.6 Forschungsfrage 5: Leistungseinschränkung, Krankenstände.....	92

6. Diskussion.....	94
6.1 Stimmstörungen, Soziodemographie	94
6.2 Risiko- und Einflussfaktoren	98
6.3 Stimmhygiene	108
6.4 Interesse an stimmhygienischen Informationen.....	119
6.5 Früherkennung von Stimmstörungen	119
6.6 Leistungsdefizite.....	123
7. Methodenkritik.....	127
8. Schlussfolgerung.....	129
Literaturverzeichnis.....	135

Abbildungsverzeichnis

Abbildung 1:	AHS-LehrerInnen im Schuljahr 2008/09 (ohne Karenzierte)	14
Abbildung 2:	Begriffserklärung der Stimmstörung	16
Abbildung 3:	Identifizierung der Risiko- und Einflussfaktoren	33
Abbildung 4:	Gesamtpolitische Probleme	43
Abbildung 5:	Geschlechterverteilung der befragten LehrerInnen.....	76
Abbildung 6:	Altersverteilung der befragten LehrerInnen in Kategorien	77
Abbildung 7:	Unterrichtsjahre der befragten LehrerInnen in Kategorien	78
Abbildung 8:	Wochenstunden der befragten LehrerInnen zum Zeitpunkt der Befragung.....	79
Abbildung 9:	Subjektive Einschränkung aufgrund von Stimmstörungen.....	80
Abbildung 10:	Subjektive Einschätzung der Stimme von den Befragten zum Zeitpunkt der Erhebung.....	81
Abbildung 11:	Interesse an stimmhygienischen Informationen.....	90
Abbildung 12:	Leistungseinschränkung bzw. Krankenstand aufgrund von Stimmstörungen	93
Abbildung 13:	Struktur, Beteiligte und Finanzierung eines stimmpräventiven Netzwerkes	130
Abbildung 14:	Wünschenswerte stimmpräventive Ziele in Sprechberufen.....	133

Tabellenverzeichnis

Tabelle 1:	Zusammenfassung der körperlichen Beschwerden der LehrerInnen in Österreich aus dem Jahre 2000	12
Tabelle 2:	Haupt- und fakultative Symptome von Dysphonien	19
Tabelle 3:	Klassifikation von Präventivmaßnahmen	29
Tabelle 4:	Verhaltens- versus Verhältnisprävention	30
Tabelle 5:	Grad der Stimmstörung nach dem VHI-12	37
Tabelle 6:	Metaanalysen über Risikofaktoren, Maßnahmen und deren Wirksamkeit bei Stimmstörungen.....	47
Tabelle 7:	Überblick über die genannten Risiko- und Einflussfaktoren bei den befragten AHS-LehrerInnen.....	85
Tabelle 8:	Auflistung und Ranking der Maßnahmen zur Stimmhygiene.....	88
Tabelle 9:	Auflistung der Früherkennungsmaßnahmen	91

Abkürzungsverzeichnis

AHS	Allgemein Bildende Höhere Schulen
AKH	Allgemeines Krankenhaus
AGes	Allgemeine Gesundheitswahrnehmung
ASVG	Allgemeines Sozialversicherungsgesetz
BVT	Benefits Obtained with Voice Training
DAT	Digital Audiotape
dB	Dezibel
DSI	Dysphonia Severity Index
ELS	European Laryngological Society
EmRo	Emotionale Rollenfunktion
GERD	Gastro-Oesophageal Reflux Disease
GHQ-12	General Health Questionnaire-12
GRBAS-Skala	G für Grad der Heiserkeit, R für roughness [Rauheit], B für breathiness [lautes Atmen], A für astheny [Asthenia] und S für strain [Belastung]
HNO	Hals-, Nase-, Ohren-
ICF	International Classification of Functioning, Disability and Health. Internationale Klassifikation der Funktionsfähigkeit, Behinderung und Gesundheit der WHO
KöFu	Körperliche Funktionsfähigkeit
KöRo	Körperliche Rollenfunktion
PGCE	Postgraduate Certificate in Education
Psych	Psychisches Wohlbefinden
RBH	Rauigkeit, Behauchtheit, Heiserkeit
RCT	Randomisierte Kontrollierte Klinische Studien
Schm	Schmerz
SF-36	Health Survey-Fragebogen zur gesundheits- bezogenen Lebensqualität
SoFu	Soziale Funktionsfähigkeit
SORA	Social Research and Analysis
SPSS	Statistical Package for the Social Sciences
VHI	Voice Handicap Index
Vita	Vitalität
V-RQOL	Voice Related Quality of Life
VSP	Vocology Screening Profile
WHO	World Health Organization, Weltgesundheitsorganisation

Vorwort

Aufgrund meiner langjährigen Erfahrung als Logopädin mit Personen, welche an Stimmstörungen leiden und im Zuge des Masterstudienganges Gesundheitsmanagement ist in mir der Entschluss gereift, eine Studie in Kärnten / Österreich über den Bestand von subjektiv selbst eingeschätzten Stimmstörungen in einer Gruppe von Sprechberufen durchzuführen.

Einleitung

Im Laufe seines Lebens leidet beinahe jeder Mensch immer wieder an einer mehr oder weniger ausgeprägten Stimmstörung. In den allermeisten Fällen sind die Ursachen harmlos, und die Störung vorübergehend, wenn stimmhygienische Maßnahmen eingeleitet werden. Trotzdem kann sich hinter jeder Heiserkeit eine psychische und / oder physische Erkrankung verbergen. Die menschliche Stimme entsteht durch ein Zusammenspiel von Atmung, Stimmlippen- und Sprechbewegungen und ist ein wesentlicher Aspekt in der zwischenmenschlichen Kommunikation. Stimmliche Beeinträchtigungen stellen sowohl im privaten, wie auch im beruflichen Kontext schwerwiegende Belastungen für die Betroffenen dar. Stimmstörungen, sowie die daraus resultierenden sozialen Folgen mit Gefährdung oder Verlust des Arbeitsplatzes können zu einer erheblichen Beeinträchtigung der Lebensqualität führen¹. „Poor voice quality due to a voice disorder can lead to a reduced quality of life. In occupations where voice use is substantial it can lead to periods of absence from work“². Für die persönliche Zufriedenheit, die soziale Integration und der beruflichen Kompetenz ist die verbale Kommunikation eine Grundvoraussetzung. Aus diesem Grunde gewinnt eine gesunde Stimme in unserer modernen Gesellschaft immer mehr an Bedeutung³.

Die vorliegende Arbeit handelt von einer Berufsgruppe, in der die Stimme ein wesentliches Arbeitsinstrument darstellt. Dies findet häufig erst Beachtung, wenn stimmbezogene Beschwerden in Erscheinung treten und den Arbeitsalltag oft erheblich erschweren.

¹ vgl. Schädel et al. 2004, 12; vgl. Weigelt et al. 2004, 754

² Ruotsalainen et al. 2007, abstract

³ vgl. Schneider et Bigenzahn 2007, 4

TEIL A: HINTERGRÜNDE UND THEORIEN

1. Aufbau, Zielgruppe und Ziele der Arbeit

Der Aufbau und die Zielsetzung basiert in erster Linie auf der schriftlichen Befragung im Jahre 2000 des österreichischen Bundesministeriums für Bildung, Wissenschaft und Kultur über Hals- und Stimmbeschwerden. Tabelle 1⁴ stellt eine Zusammenfassung der körperlichen Beschwerden der LehrerInnen in Österreich dar. An erster Stelle der gesundheitlichen Beeinträchtigungen haben die Betroffenen Hals- und Stimmprobleme angegeben⁵. „Jede/r neunte LehrerIn hat ständig Probleme mit dem Hals oder der Stimme, weitere 61% geben an, zeitweise unter diesen Beschwerden zu leiden. Das bedeutet, fast drei Viertel der LehrerInnen verspürten in dieser Hinsicht Beschwerden“⁶.

	ständig	zeitweise	praktisch nie
Hals-, Stimmprobleme	11	61	29
Probleme mit Bewegungsapparat, Wirbelsäule	19	49	32
Kopfschmerzen	4	61	36
Psychische Probleme, Nervosität	6	54	40
Infektanfälligkeit	5	48	47
Magen-, Darmprobleme	5	44	51
Muskel-, Gelenksprobleme	10	37	54
Augen-, Ohrenprobleme	11	29	61
Herz-, Kreislaufprobleme	4	34	62
Allergien, Hautprobleme (z.B. Ausschläge)	8	26	66

Tabelle 1: Zusammenfassung der körperlichen Beschwerden der LehrerInnen in Österreich aus dem Jahre 2000

Die Forscherin konnte im Hinblick auf den Anteil von Stimmstörungen in Lehrberufen außer der soeben genannten Studie des Bundesministeriums keine weiteren empirischen Daten in Österreich und konkret in Kärnten auffinden. Aus diesem Anlass hat die Verfasserin der vorliegenden Arbeit den Aufbau, die Fragestellungen und die Zielsetzungen wie folgt festgelegt:

Im Teil A definiert die Autorin nach einer kurzen Einleitung die wesentlichen Begriffe, wie Stimmstörung, Berufsstimmstörung, Prävention, Risikofaktoren,

⁴ Quelle: Hofinger et al. 2000, 161; Angaben in Prozent

⁵ vgl. Hofinger et al. 2000, 161

⁶ ebd., 161f.; vgl. Kapitel 3.2

Früherkennung und Stimmhygiene. Des Weiteren wird die Problemstellung des Themas beschrieben. Der ausführliche Teil des Forschungsstandes, welcher einen Überblick über Studien aus vorrangig fremdsprachigen Ländern liefert, schließt den ersten Teil der vorliegenden Masterthesis ab. Die ausgewählten Studien beschreiben die Häufigkeit des Auftretens von Stimmstörungen in verschiedensten Sprechberufen, den Risikofaktoren und Folgeerscheinungen berufsbedingter Stimmstörungen, sowie die Effektivität stimmpräventiver Maßnahmen.

Im Teil B werden die Darstellung und die Entwicklung der Forschungsfragen, das Forschungsdesign, die Befragung, die Erhebungsmethode, sowie die Auswertungsmethode erläutert. Der Hauptteil des Fragebogens, der validierte Fragebogenindex VHI-12 wird von der Forscherin durch weitere wesentliche Fragestellungen ergänzt. Folgende Untersuchungsfelder werden erforscht:

- Subjektive Selbsteinschätzung der Beeinträchtigung der Lebensqualität aufgrund von Stimmstörungen
- Art und Anzahl von Einfluss- und Risikofaktoren
- Bisher erhaltene Informationen und Interesse hinsichtlich der Stimmhygiene
- Art und Anzahl der bis zum Untersuchungszeitpunkt in Anspruch genommenen Früherkennungsmaßnahmen
- Leistungseinschränkungen und Krankenstände aufgrund von Stimmstörungen

Im Anschluss werden die Ergebnisse präsentiert und diskutiert. Daraus resultierende Folgerungen, die Methodenkritik, sowie ein Blick in die Zukunft bilden den Schluss der vorliegenden Arbeit.

Die Gruppe der LehrerInnen der allgemein bildenden höheren Schulen wurde aufgrund der Erreichbarkeit und der überschaubaren Anzahl der Gesamtpopulation als Zielgruppe ausgewählt. Jedoch richtet sich die vorliegende Arbeit an alle Berufstätigen, bei welchen die Stimme ein wichtiges Arbeitsinstrument darstellt⁷.

Abbildung 1 zeigt die Anzahl der AHS-LehrerInnen im Schuljahr 2008/09⁸.

⁷ vgl. Kapitel 2.4

⁸http://www.statistik.at/web_de/statistiken/bildung_und_kultur/formales_bildungswesenlehrpersonen/index.html, 20.02.2010

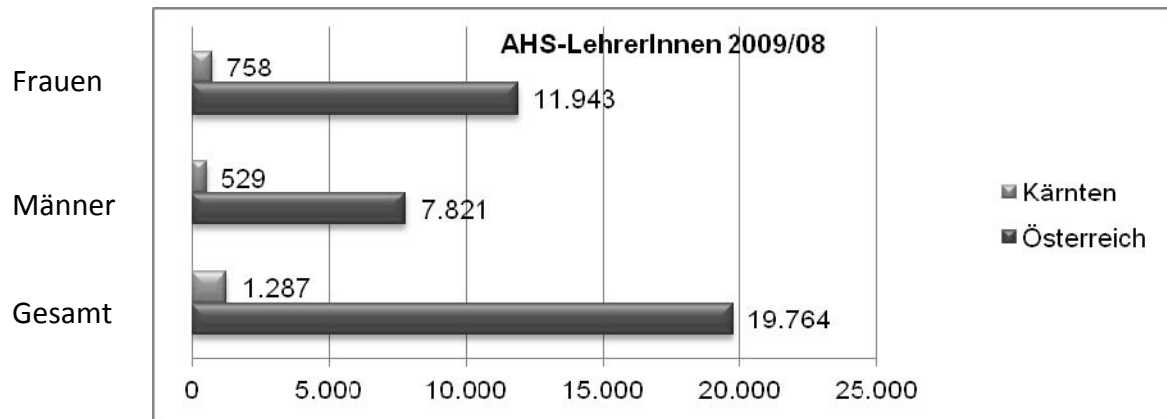


Abbildung 1: AHS-LehrerInnen im Schuljahr 2008/09 (ohne Karenzierte)

Die Gesamtzahl in Kärnten hat 1287 betragen, davon 758 (59%) Frauen und 529 (41%) Männer. Die karenzierten ArbeitnehmerInnen sind hier nicht mit einbezogen worden.

Die vorliegende empirische Untersuchung verfolgt zwei wesentliche Ziele. Das erste Ziel ist die Erforschung des Anteiles der AHS-LehrerInnen in Kärnten, welche an subjektiven Beeinträchtigungen der Lebensqualität aufgrund von Stimmstörungen leiden. Das zweite Ziel ist die Darstellung der Art und Anzahl der ausgesetzten Einfluss- und Risikofaktoren, sowie die Eruierung der bisher erhaltenen Informationen, sowie das Interesse der ProbandInnen hinsichtlich stimmhygienischer Maßnahmen. Die bestmögliche Vermeidung derartiger Einfluss- bzw. Risikofaktoren wäre die Grundlage zukünftiger stimmpräventiver Interventionen, wie beispielsweise der rechtzeitige Einsatz von Früherkennungsmaßnahmen in diesen Berufsgruppen. Die Studie soll auch eventuelle Geschlechtsunterschiede, sowie Differenzen und Zusammenhänge von weiteren soziodemographischen Merkmalen aufzeigen. Auf welchem Wege und mit welchen Mitteln nun derartige Interventionen eingesetzt werden, ebenso der Nachweis deren Effektivität wären weiterführende interessante Thematiken, welche jedoch in dieser Arbeit nicht behandelt werden.

Der nächste Abschnitt erklärt die wesentlichsten Begriffe der vorliegenden Niederschrift.