

KNO

# Brok in de keel



Een brokgevoel in de keel komt vaak voor. Veel mensen zijn hierover ongerust, maar meestal is het een onschuldig probleem.

## **Klachten**

Van een brokgevoel wordt gesproken als er geen lichamelijke oorzaak wordt gevonden die de klacht kan verklaren. Het brokgevoel zit meestal in de buurt van het strottenhoofd. Hierdoor ontstaat de neiging steeds te schrapen, te kuchen of vaak te slikken. Hierbij kan altijd wel wat slijm geproduceerd worden.

Naast het brokgevoel in de keel kunt u last hebben van:

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

Als er wel een lichamelijke oorzaak is, is de brok in de keel vooral voelbaar bij het eten en kan de stem schor of hees zijn. Welke lichamelijke oorzaken er kunnen zijn, wordt verderop in deze folder behandeld.

## **Wat zijn de oorzaken?**

### **Spierspanning**

Tijdens het slikken, maar ook bij schrapen en kuchen, worden bepaalde keel- en halsspieren aangespannen. U kunt dat bijvoorbeeld zien aan de adamsappel (het vooruitstekend bovenste gedeelte van het strottenhoofd), die bij de slikbeweging op en neer gaat. Als de spieren gespannen blijven, kan dit tot gevolg hebben dat een brok in de keel gevoeld wordt. Als u minder gespannen bent, hebt u vaak minder last.

### **Slijmgevoel**

Het brokgevoel kan ook ervaren worden als een slijmgevoel in de keel. Normaal neusslijmvlies produceert elke dag veel slijm, dat regelmatig wordt doorgeslikt. Samen met het speeksel is dat een paar liter vocht per dag, dat we doorslikken zonder het echt op te merken. Als u zich van deze productie van slijm en vocht extra bewust wordt, kan dat een brokgevoel geven.

## **Wat kan er aan gedaan worden?**

### **Geruststelling**

Als de keel-, neus- en oorarts (KNO) geen afwijkingen vindt, kan de klacht door de geruststelling soms vanzelf verdwijnen. Dit gebeurt meestal geleidelijk, waarbij het brokgevoel af en toe nog terugkomt.

Na een paar weken tot maanden is het vaak helemaal verdwenen.

### **Stress**

Spanningen en problemen kunnen zich in verschillende lichamelijke klachten uiten. Bij de één in rugklachten of hoofdpijn, bij de ander in een brokgevoel. Uw huisarts kan u bij spanningen en problemen helpen en, als dat nodig is, een hulpverlener inschakelen.

### **Logopedie**

Soms kan logopedie behulpzaam zijn. U krijgt oefeningen waarbij u leert de keel- en halsspieren beter te ontspannen.

Als het brokgevoel niet verdwijnt of als er klachten bijkomen, vraag dan een nieuw onderzoek aan. Soms heeft een op brokgevoel lijkende klacht namelijk wel een lichamelijke oorzaak.

## **Lichamelijke oorzaken van een brok in de keel**

Het brokgevoel kan een bijkomende klacht zijn van een lichamelijke afwijking. Meestal geeft dat ook andere klachten, zoals moeite om vast voedsel te eten, keelpijn, oorpijn of heesheid.

### **Een kwaadaardige afwijking (keelkanker)**

Een kwaadaardige aandoening van het slijmvlies van de keel, het strottenhoofd of de slokdarm is gelukkig zeldzaam. De kans hierop is wel sterk verhoogd bij langdurig roken en overmatig gebruik van alcohol. Als het brokgevoel samengaat met stemverandering, moeite met eten, gewichtsverlies en oorpijn is onderzoek door een KNO-arts binnen 6 weken na het optreden van de klachten gewenst. Een kwaadaardige afwijking kan bij het eerste onderzoek meestal worden ontdekt.

### **Neusbijholtenontsteking**

Een ontsteking van de neusbijholten kan door slijmafscheiding de keel irriteren, zodat een brokgevoel ontstaat. Begeleidende klachten zijn soms hoofdpijn, snot, neusverstopping en reukverlies.

### **Allergie**

Allergie voor met name de huisstofmijt leidt meestal tot klachten van neusverstopping. Deze allergie kan zich ook uiten in de keel, waar het een schraal, jeukend of brokgevoel geeft.

### **Vergrote tongamandel**

De tongamandel ligt helemaal achter op de tong. Door deze ligging is de tongamandel meestal niet direct in de keel zichtbaar. Als de keelamandelen eerder zijn verwijderd, komt het soms voor dat de tongamandel zich vergroot. Deze vergrote tongamandel kan dan een brokgevoel geven. Dit brokgevoel kan ook ontstaan als de tongamandel chronisch ontstoken is. Bij een ontsteking kunnen ook andere klachten optreden, zoals keelpijn, een vieze smaak en koorts.

### **Spierspanning van het strottenhoofd**

In en rondom het strottenhoofd lopen spiertjes, onder andere die van de stembanden. Bij verkeerd stemgebruik wordt een deel van de spiertjes te intensief gebruikt. Dit kan een brokgevoel geven.

### **Aanlegstoornis van het strottenhoofd**

Bij sommige mensen sluiten de stembanden zich niet goed, waardoor de stem aan kracht verliest. Dit leidt vaak tot overbelasting. Naast een brokgevoel kan dat een hese stem veroorzaken.

### **Spierspanning van de slokdarmingang**

De slokdarmingang is een kringspier die bij een aantal mensen een te hoge spanning heeft. Dit kan als een brok in de keel worden gevoeld. Het schrapen van de keel en kuchen verhoogt juist deze spanning en zorgt ervoor dat de klacht blijft bestaan.

Bij mensen met een middenrifbreuk werkt het klepmechanisme tussen de slokdarm en de maag onvoldoende. Hierdoor kan maagzuur in de slokdarm omhoog komen. Om de overloop van het maagzuur in het strottenhoofd en de luchtpijp te voorkomen, ontstaat een hogere spanning in de kringspier van de slokdarmingang, met het brokgevoel als gevolg.

### **Vergrote schildklier**

De schildklier ligt dicht tegen het strottenhoofd. Een vergrote schildklier kan soms zo tegen het strottenhoofd drukken dat dit een brokgevoel geeft. Vaak zijn er dan ook bijkomende klachten die horen bij een te traag of te snel werkende schildklier.

### **Slijtage van de halswervels**

De randen van de halswervels raken op oudere leeftijd aan de voorkant verdikt. Omdat de slokdarm tegen de voorkant van de halswervels aanligt, kunnen deze verdikkingen een brokgevoel geven.

## **Chronische keelontsteking**

Hiervan is sprake als het slijmvlies in de keel langdurig wordt geprikkeld door neus- en neusbijholtenproblemen, maagzuur, prikkelende stoffen of droge lucht. Bij bepaalde ziekten, zoals suikerziekte en bloedarmoede, kan het slijmvlies chronisch ontstoken zijn. Hierbij treden klachten op zoals een gevoelige plek in de luchtpijp, een kriebel in de keel, hardnekkig hoesten, een branderig gevoel, neiging tot schrapen en lastig slikken. Roken, alcohol, koffie en sterk prikkelende stoffen (bijvoorbeeld pepermunt, drop en chocolade) houden deze klachten in stand, al lijken ze tijdelijk verlichting te geven.

## **Zenkerdivertikel (uitstulping van de slokdarm naar buiten in de borstholte)**

Door een zwakke plek tussen de spieren van de slokdarmingang kan er een uitstulping ontstaan. Dit kan klachten geven zoals moeilijk slikken, opgeven van doorgeslikt voedsel, borrelende geluiden aan de hals, slijm in de keel, vermagering, stinkende adem, verslikken en hoesten bij het liggen.

## **Angina pectoris**

Door onvoldoende doorstroming van de kransslagaderen van het hart ontstaat bij lichamelijke inspanning pijn op de borst en/of pijn uitstralend naar de linkerarm. In zeldzame gevallen geeft inspanning alleen een brokgevoel.

## **Onderzoek**

De KNO-arts kan op verschillende manieren onderzoek doen naar lichamelijke oorzaken van een brok in de keel. Het is meestal niet nodig om alle onderzoeken te doen die hier worden beschreven.

### **Keelspiegelen**

Dit onderzoek wordt gedaan bij het eerste bezoek aan de KNO-arts en duurt een paar minuten.

- U opent uw mond zover mogelijk en steekt u tong zover mogelijk uit.
- De KNO-arts houdt uw tong met een gaasje vast.
- De KNO-arts brengt een verwarmd spiegeltje in de keel gebracht en via de voorhoofdlamp probeert de hij of zij uw keel en strottenhoofd te onderzoeken.
- Blijf tijdens dit onderzoek rustig ademen en probeer een eventuele koksalsreflex te onderdrukken. U hoeft niet bang te zijn dat u te weinig lucht naar binnen krijgt, want er is ruimte genoeg om te ademen terwijl het spiegeltje in de keel is.

- Op verzoek van de KNO-arts moet u ‘iiii’ zeggen. Houd dit een aantal tellen aan. Het gaat om de functie van de stembanden te beoordelen en niet om het geproduceerde stemgeluid. Meestal lukt het zo het strottenklepje, de stembanden en de ingang van de slokdarm goed te bekijken.
- De KNO-arts vraagt u vervolgens ‘hè, hè’ te zeggen. Zo kan ook de beweeglijkheid van de stembanden worden onderzocht.

### **Fiberscopie**

Sommige mensen hebben te veel last van kokhalzen tijdens het onderzoek met de keelspiegel. Er kan dan een fiberscopie worden gedaan.

Een fiberscoop is een buigzaam kijkertje van fiberglas in de vorm van een slang met een dikte van zo’n 3 millimeter. De fiberscoop wordt via de neus opgeschoven tot voorbij het zachte gehemelte. Zo kunnen de keel en het strottenhoofd goed zichtbaar worden gemaakt.

Soms is het nodig om voor dit onderzoek de neus- en keelholte te verdoven met een spray. U moet dan na het onderzoek een uur wachten met eten en drinken om te voorkomen dat u zich verslikt.

### **Contact**

Hebt u vragen? De polikliniek KNO is bereikbaar van maandag tot en met vrijdag tussen 8:30 en 16:00 uur.

T: 0515 - 48 89 86.

***Hebt u opmerkingen of tips over de informatie in deze folder?***

*Wij ontvangen ze graag via [folders@mijnantonius.nl](mailto:folders@mijnantonius.nl)*