

Mimetherapie bij een aangezichtsverlamming

Mimetherapie: behandeling van een aangezichtsverlamming	2
Doel van mimetherapie	3
Wanneer is het mogelijk met de behandeling te beginnen?	3
Hoe ziet de behandeling eruit?	4
Adviezen	5
Vergoeding	5
Contact	5

Mimetherapie: behandeling van een aangezichtsverlamming

U heeft een aangezichtsverlamming. Bij deze ziekte werkt een zenuw in uw gezicht, de aangezichts-zenuw, niet (goed) meer. Daardoor is één kant van uw gezicht voor een deel of helemaal verlamd. De aangezichtsspier stuurt namelijk de spieren in het gezicht aan.



2

Mimetherapie is een behandelmethode die helpt de controle over de spieren in uw gezicht terug te krijgen. In deze folder leest u meer over deze behandeling.

Doel van mimetherapie

Het doel van mimetherapie is het verbeteren van de symmetrie in uw gezicht, zowel in rust als tijdens het bewegen. De therapie is gericht op uw gezicht, maar ook op uw hele lichaam. Tijdens de therapie leert u het verschil tussen spanning en ontspanning in uw gezicht te zien en te voelen. U krijgt adviezen en oefeningen om uw gezicht zo symmetrisch mogelijk te bewegen tijdens het eten, drinken, praten, maar ook bij het uitdrukken van emoties. De praktische adviezen zijn gericht op het dagelijks leven.

Door mimetherapie verdwijnt uw aangezichtsverlamming niet. Door regelmatig te oefenen krijgt u meer controle over uw gezicht en raakt u meer bewust van uw gezichtsuitdrukking. Uit wetenschappelijk onderzoek blijkt dat mimetherapie het uiteindelijke herstel bevordert en restverschijnselen vermindert. Mimetherapie wordt gegeven door logopedisten en fysiotherapeuten die daarvoor een opleiding hebben gehad.

3

Wanneer is het mogelijk met de behandeling te beginnen?



Het is belangrijk in een vroeg stadium met mimetherapie te beginnen, ook als er nog geen enkele beweging mogelijk is. De mimetherapeut geeft uitleg en praktische adviezen over de aangezichtsverlamming. Verder begint de therapeut samen met u met de eerste oefeningen (meestal massage van het gezicht) en krijgt u uitleg over de manier waarop u thuis kunt oefenen.

Hoe ziet de behandeling eruit?

Het aantal behandelingen mimetherapie verschilt per patiënt en is afhankelijk van uw herstel. Gemiddeld zijn er vijf tot tien behandelingen nodig. Daarnaast is het belangrijk dat u thuis actief en regelmatig oefent. De rol van de mimetherapeut is begeleidend en ondersteunend. De meeste oefeningen worden gedaan voor de spiegel.

Tijdens de therapie komt het volgende aan bod:

- Massage van het gezicht ter bevordering van het herstel
- Adem- en ontspanningsoefeningen voor uw gezicht en lichaam
- Het verminderen van stijfheid in uw gezicht
- Het (symmetrisch) bewegen van mond, neus, wang, ogen en voorhoofd
- De beheersing van ongewenste meebewegingen (synkinesen)
- Verbetering van eten, drinken en spreken
- Het omgaan met een aangezichtsverlamming in het dagelijks leven

Adviezen

- De therapie is gericht op uw gezicht, maar wanneer er sprake is van stressen of vermoeidheid heeft dit nadelige invloed op uw aangezichtsverlamming. Het is daarom belangrijk om stress te vermijden en ervoor te zorgen dat u niet oververmoeid raakt
- Probeer uw gezicht zo ontspannen mogelijk te houden. Let hier extra op bij activiteiten die lichamelijk inspannend zijn
- Start niet zelf met oefeningen voor het gezicht. Als u deze niet op de juiste manier uitvoert, kan dit zorgen voor meer asymmetrie en ongemakken
- Door extra aandacht te besteden aan uw kleding en kapsel kunt u de aandacht afleiden van de aangezichtsverlamming
- Het kan prettig zijn om uw gezicht warm te houden
- Elektrotherapie is niet bewezen effectief en kan zelfs averechts werken

5

Vergoeding

De vergoeding van de mimetherapie hangt af van of de mimetherapeut logopedist of fysiotherapeut is. Logopedie wordt vergoed vanuit de basisverzekering. De eerste 18 behandelingen voor fysiotherapie kunnen worden vergoed vanuit de aanvullende verzekering, daarna worden de zittingen vanuit de basisverzekering vergoed.

Contact

Met een verwijzing van een huisarts of specialist kunt u contact opnemen met een mimetherapeut. Hier vindt u een overzicht van alle mimetherapeuten:

<https://www.radboudumc.nl/patientenzorg/behandelingen/mimetherapie/vind-uw-mimetherapeut>