

Vorträge und Workshops sind ihr Leben. Jetzt wird Annette Klinkert endlich wieder gehört



**Problem:** Heiserkeit wegen Zyste am Stimmband  
**Lösung:** Operation

## Dr. Annette Klinkert (53) war ständig heiser: So bekam ich meine Stimme zurück

Lange nahm kein Arzt die Agenturchefin ernst. Bis ein Phoniater endlich den Grund herausfand und das Problem durch eine Mini-OP löste

Eine kraftvolle Stimme strahlt Selbstbewusstsein und Souveränität aus. Das weiß Dr. Annette Klinkert nur zu gut. Die 53-Jährige promovierte Amerikanistin leitet in Herford eine erfolgreiche Agentur für Wissenschaftskommunikation, organisiert unter anderem Wissens-Festivals. Es ist

ihr absoluter Traumjob: „Ich liebe es, auf Konferenzen Vorträge zu halten oder Workshops zu moderieren“, erzählt die dreifache Mutter. „Um größere Gruppen zu begeistern, brauche ich aber eine tragende Stimme. Und die hatte ich vor zwei Jahren plötzlich nicht mehr.“

Immer öfter war sie heiser,

ihre Stimme klang belegt. Dabei fühlte sie sich kein bisschen krank, sondern gesund und topfit. „Anfangs vermutete ich noch, ich hätte meine Stimme überstrapaziert“, erinnert sie sich. „Mit der Zeit wurde es aber immer schlimmer mit der Heiserkeit.“ Hielt sie auf einem Kongress einen Vortrag, war das so anstrengend, dass sie abends nicht mehr sprechen konnte. „Das war wirklich sehr belastend“, erzählt sie. „An solchen Tagen

fiel mir das Sprechen so schwer, dass ich auch kaum länger als zwei Minuten mit meinen Kindern telefonieren konnte.“

Das Schlimmste: Kein Arzt nahm ihre Beschwerden ernst. „Das ärgert mich bis heute“, sagt sie. „Ich begann, mir Vorwürfe zu machen, dachte, meine Sprechtechnik wäre falsch.“ Erst eine Logopädin gab ihr den entscheidenden Tipp und empfahl, einen Phoniater zu konsultieren. In der Stimmklinik in Hamburg fand Prof. Hess endlich den Grund für ihre Beschwerden: In den Stimmbändern hatte sich eine Zyste gebildet, sodass diese nicht mehr richtig schlossen. Dadurch konnte Annette Klinkert nicht klar sprechen.

Zwei Wochen nach der Untersuchung wurde sie operiert. Nur ein paar Stunden nach dem Eingriff konnte sie wieder nach Hause, durfte allerdings drei Tage nicht sprechen. „Um meine Stimme zu schonen, habe ich danach erst mal nur leise geredet“, erzählt sie. „Es war unglaublich, schon nach zwei Wochen war meine Stimme wieder voll und klar.“

SABINE HOFFMANN



▲ Telefonieren mit den drei Kindern? Heute gern und lang. Während der Krankheit kaum möglich

### Das sagt der Arzt

#### „Es bleibt keine Narbe“

#### Wie entsteht eine Zyste in der Stimmlippe?

Das lässt sich nicht genau sagen, es kann jeden treffen. Eine Zyste kann man sich wie eine Verdickung am Stimmband – auch Stimmlippe genannt – vorstellen. Durch diesen Knubbel können die beiden



**Prof. Markus M. Hess**  
Leiter der Deutschen Stimmklinik in Hamburg.

Stimmlippen nicht mehr richtig schwingen und schließen. Die Stimme klingt heiser. Das ist übrigens selbst dann der Fall, wenn die Zyste nur einen Millimeter groß ist.

#### Ihr Rat?

Hier ist eine Operation zu empfeh-

len. Diese findet ambulant in Vollnarkose statt und dauert in etwa 45 Minuten. Der mikrochirurgische Eingriff wird durch den Mund durchgeführt, sodass keine sichtbaren Narben entstehen. Der Patient hat nach der Operation keine Schmerzen.

#### Was ist zu beachten?

In den ersten drei Tagen sollte man möglichst gar nicht sprechen, höchstens flüstern. Etwa ab dem

fünften Tag kann normal, aber ohne große Lautstärke gesprochen werden. Husten und Räuspern sollten vermieden werden. Gut ist, mehrmals täglich mit geschlossenem Mund kurze und leise Summübungen von tiefen bis sehr hohen Tönen durchzuführen. Am besten unter Anleitung einer Logopädin. Spätestens nach 14 Tagen ist die Stimme wieder voll belastbar.

### Insektengift-Allergie

## Sicher durch Impfung

Für manche Menschen ist ein Bienen- oder Wespenstich mehr als nur schmerzhaft. Bei einer allergischen Reaktion im Kreislaufsystem und in den Atemwegen kann es zu einem lebensbedrohli-

chen anaphylaktischen Schock kommen. Deshalb müssen Allergiker im Sommer immer ihr Notfall-Set mit Antihistaminikum, Kortison-Präparat und Adrenalin-Spritze dabei-

haben. Einen echten Schutz bietet die Hyposensibilisierung gegen das Insektengift. Dabei wird über Wochen eine immer höhere Dosis des Giftes gespritzt, um den Körper daran zu gewöhnen. Diese „Impfung“ ist bei 95 Prozent aller Betroffenen erfolgreich,

muss aber regelmäßig aufgefrischt werden. Für die mehrmonatige, ambulante Therapie bietet sich ein Behandlungsbeginn nach der Insektenaison ab November an. In der Klinik geht die Immunisierung schneller und kann jederzeit begonnen werden.

# Zum Glück gibt's Arnica von DHU!

Für Jung. Für Alt.  
Für die vielen Momente des Alltags.

- Mit der bewährten Heilpflanze
- Aus kontrolliert biologischem Anbau

Homöopathisch, ganzheitlich, verträglich



Gesundheit erfahren.

**Arnica D6 Globuli.** Streukügelchen enthalten Sucrose (Saccharose / Zucker). Packungsbeilage beachten!  
**Anwendungsgebiet:** Registriertes homöopathisches Arzneimittel, daher ohne Angabe einer therapeutischen Indikation. Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.

\* Arnica D6 und D12 DHU sind Deutschlands meistverkaufte Mono-Arnica-Arzneimittel aus der Apotheke. IQVIA, GMSPHS, Absatz in Stück, MAT 11/2019.

