



*Zwemmen  
na  
laryngectomie.*



# Zwemmen na laryngectomie

## Probleem

Eigenlijk heb je na laryngectomie een opening in je lichaam te veel om nog in het water te gaan. Douchen of een bad nemen is soms al een speciale onderneming zodat het op het eerste zicht uitgesloten lijkt nog te zwemmen.

Wij kennen natuurlijk het vernuft van de mens en zijn dan ook niet zo verwonderd dat daar iets op gevonden is.

Mits gebruik van een "larkel" kan een gelaryngectomeerde vrij comfortabel zwemmen.



Het compleet gemonteerde zwemapparaat

De larkel

## Naam

Aan het toestel dat de gelaryngectomeerde gebruikt om te zwemmen is ergens de naam **larkel** (in Duitsland larchel) gegeven. Dit is een samentrekking van 'laryngectomie' en 'snorkel'.

## Begrip

Een larkel is dus niets anders dan een snorkel voor een gelaryngectomeerde.

## Herkomst

Eigenlijk is die larkel een uitvinding in 1969 van de Heer Paul Hauwaert, een Antwerpenaar. Hij was de stichter van de eerste Nationale Vereniging voor gelaryngectomeerden in België. Hij werkte nauw samen met mevrouw Wuyts (een verpleegster-logopediste uit Antwerpen die erg begaan is met de gelaryngectomeerden). Het is echter de N.S.V.G. (Nederlandse Stichting Voor Gelaryngectomeerden) die een zwimmersafdeling (gesticht in 1977) heeft en die het toestel heeft laten ontwikkelen onder de bezielende leiding van Arie Pannekoek. Als je bijgevolg een dergelijk apparaat wilt bekomen moet je dit aanschaffen bij de NSVG in Utrecht die het op hun beurt bestellen in München en er zijn ook Spaanse onderdelen aan (volg je nog?).



Aanbrengen apparaat en vasthechten van het halsbandje

## Onderdelen

De larkel bestaat uit een **'canule' (1)** met een diameter die aangepast is aan de afmeting van de tracheostoma. Zo bestaan er larkels van nummer 6 tot nummer 24. Een canule nummer 10 van in onze medische wereld stemt overeen met de larkel nummer 12 omdat de Duitsers (de leveranciers) het nummer aannemen dat overeenstemt met de buitendiameter (in millimeter) van de canule.

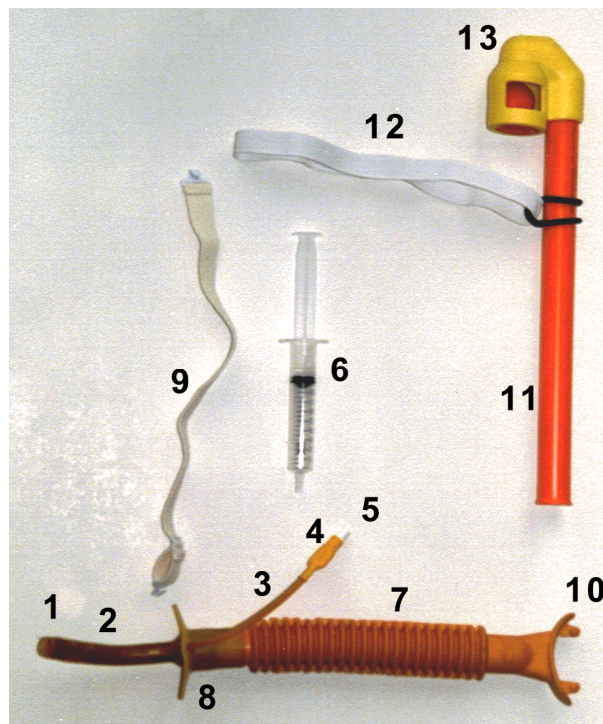
Op de canule is een **'cuff' (2)** voorzien. Een cuff die via een **'luchtleiding' (3)** met een **'controle-blaasje' (4)** is verbonden met een **'ventiel' (5)** voorzien van een automatisch werkende terugslagklep. Het is in heel dit systeem dat de veiligheid van het toestel schuilt. Door met een **'injectiepomp' (6)** die je op het ventiel kunt plaatsen lucht te brengen in de cuff kan je de canule waterdicht laten aansluiten tegen de wand van de tracheostoma.

Over die veiligheid hebben we het omwille van de belangrijkheid nog in een aparte alinea.

Het geheel van canule, leiding, controleblaas en ventiel zijn aangesloten op een **'slang' (7)**. Dit is een flexibele buis van het type dat door duikers courant gebruikt wordt.

Aan de canule is eveneens een **'kraag' (8)** met twee openingen voor het **'halsbandje' (9)**. Oudere uitvoeringen van de larkel hebben dit bandje niet. Het geeft ook een zekere bijkomende veiligheid.

Op de slang kan dan volgens het gebruik de **'snorkelpijp' (10)** al of niet aansluiten. Op de pijp is een **'hoofdband' (11)** voorzien waarmee je die op de goede plaats tegen het hoofd houdt. De snorkelpijp is uitgerust met een eenvoudig systeem van **'terugslagklep' (12)** (balletje) om waterinfiltratie te voorkomen.



.onderdelen van de larkel

## De installatie van de larkel

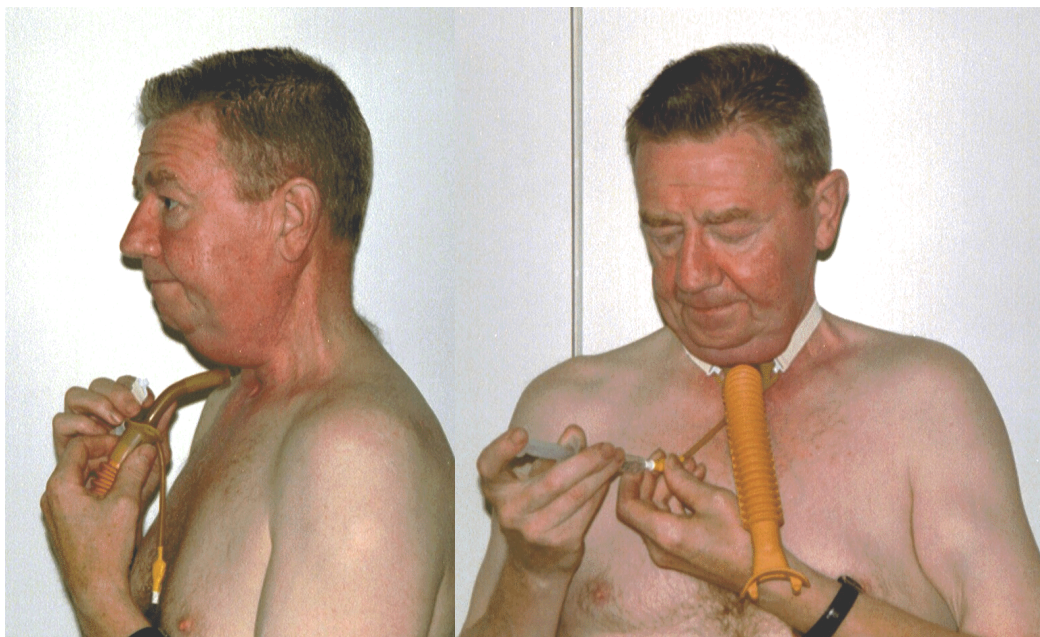
### Invoeren van de canule

Vooraleer je de canule inbrengt, is het best dat je eerst een licht verdovende spray aanbrengt. In Amersfoort (Nederland) zwemmen maandelijks een hele groep gelaryngectomeerden en zij gebruiken het bijna allemaal.

In elk geval zal het quasi zeker noodzakelijk zijn een glijmiddel op de canule aan te brengen. Je kunt dan evengoed een lichtverdovend glijmiddel gebruiken.

Onmiddellijk na het inbrengen van de canule sla je het halsbandje om.

Dan komt het moment van de luchtinjectie om een perfecte aansluiting van de canule met de tracheostoma te bekomen. Dit is ook de fase van de veiligheidsprocedure.



Inbrengen van de canule

en

injecteren van de lucht in de cuff

## Veiligheid

Vooraleer je met de larkel gaat zwemmen is het toch wel van belang dat je erg goed op de waterdichtheid let.

Dat kan gecontroleerd worden op drie wijzen.

### Eerste controle

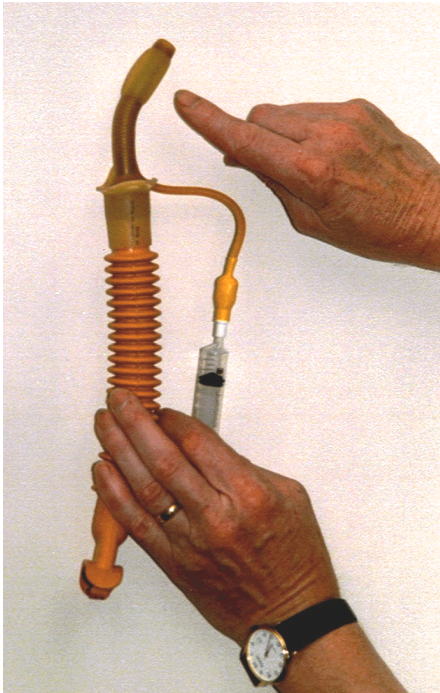
Bij het inbrengen van de lucht met de injectiepomp kan je de spanning op de controleblaas betasten en interpreteren. De zwemmer zelf zal ook wel voelen in zijn stoma dat daar een druk ontstaat.

### Tweede controle

Als je met de vinger het uiteinde van de slang afsluit en je ademt krachtig uit dan mag geen lucht tussen de cuff en de tracheostoma ontsnappen.

### Derde controle

Wanneer de gelaryngectomeerde zwemmer in het water gaat dan kan je door even halt te houden met de larkel onder water nagaan of er luchtbelletjes ontsnappen via de stoma. (het is een controle die erg goed lijkt op het principe wat je toepast om het gaatje in een lekke fietsband op te sporen).



De opgeblazen cuff



## Het zwemmen

### Vooraf

Het zal wellicht begrijpelijk zijn dat je bij voorkeur gaat zwemmen op een tijdstip dat het in het zwembad niet druk is. Het is daarenboven uiterst aan te bevelen niet op je eentje aan de onderneming te beginnen. Bij voorkeur heb je iemand in de buurt die het probleem goed kent, die behoorlijk kan zwemmen en die je wilt in het oog houden. Het minste wat je kunt doen is de redders in het zwembad op de hoogte te brengen van je aanwezigheid en die mensen het systeem duidelijk te maken. De kennis van de larkel is nog helemaal niet voldoende verspreid in de Vlaamse zweminrichtingen.

### De larkel kan op twee wijzen gebruikt worden.

Je kunt zwemmen met de pijp en je kunt het ook door rechtstreeks het mondstuk in te brengen.



eerste methode

tweede methode



## Is het sop de kool waard?

Is die hele bedoening nu wel opportuun?

Het is voor mij onmogelijk daarop een algemeen antwoord te geven omdat ik geen medicus ben. Ik kan dus alleen spreken vanuit eigen ervaring.

Iemand die voor hij gelaryngectomeerd werd niet kon zwemmen zal het nu nog erg moeilijk leren.

Wie voor de ingreep eigenlijk maar matig plezier vond in zwemmen zal zijn geneugten niet spectaculair zien verhogen, vrees ik.

Ik zwom voor de operatie twee tot driemaal per week precies één uur zonder onderbreking. Ik versloeg geen records maar ik zwom daarbij 90 baantjes van 25m. Het zwemmen hield mijn spieren soepel. Ik zag vrienden en kennissen voor en na de zwempartij. Laat mij maar gerust stellen dat het zwemmen een zeer belangrijk onderdeel was van mijn sociaal contact en mijn fysiologisch en psychologisch evenwicht.

Met behulp van de larkel heb ik die situatie voor een belangrijk deel kunnen herstellen.

Ik ben bijzonder gelukkig opnieuw te kunnen zwemmen. Het is toch op dat vlak ongeveer opnieuw als vroeger. Die stijfheid in de hals vanwege de ingreep wordt geleidelijk wat minder en ik laat een boel frustraties en ergernissen (eigen aan het dagelijkse leven) achter in het chloorwater van het zwembad.



van links naar rechts Jeanine, Jean, Ferre en Mevrouw Wuyts in het zwembad te Hoboken.

Contact :

**Antwerpse Vereniging  
voor  
Gelaryngectomeerden**

Secretariaat  
Kasteelstraat 17 bus 5  
2160 Wommelgem  
Telefoon : 03 / 235.96.62

E-Mail : [Pgraf@skynet.be](mailto:Pgraf@skynet.be)



© AVG 1966 - 2010 /010