



# MLUV NAHLAS – MLUV ZŘETELNĚ

Hlas a jeho poruchy  
Osnova k prezentaci – další zdroje a informace budou doplněny ve výuce

# HLAS

- **extrémní nositel informací** – pohlaví, věk, únava, psychický stav, nálada, postižení, onemocnění
- stejné slovo – stejný verbální signál může být nositelem zcela rozdílné informace – způsob, charakter, intonace
- **zvukový základ mluvené řeči**

# Fonace

- vydechování vzduchu a přerušování jeho proudu kmitáním hlasivek
- součástí hlasitého smíchu, pláče, kašle, údivu, úleku

# Hlas

- ▶ zvuk, který vznikne průchodem hrtanového tónu vzniklého na hlasivkách rezonančními dutinami nad hrtanem – násadní trubicí

# Dýchání

- vdech a výdech 10 – 16x za minutu
- průměrné množství vzduchu vyměněného v klidové fázi je asi 500 ml

## **vitální kapacita plic**

- Muži 3,5 – 4,5 l
- Ženy 3,0 – 4,0 l

# Poměr vdechu a výdechu

- **klidové dýchání** - výdech o něco delší než vdech  
– 3:2
- **hovor** - výdech prodlužuje asi na 7:1
- **zpěv** 12:1
  
- **délka výdechu závisí na:**
  - obsahu a stavbě věty
  - síle a výšce hlasu

# Vlastnosti hlasu

## 1. základní - fyzikální

- výška hlasu (konverzační výška hlasu)
- síla, intenzita hlasu (dB, 50-60 dB)
- barva
- rozsah hlasu a hlasové pole

# Vlastnosti hlasu

- **2. funkční a fyziologické**
- hlasové rejstříky
- hlasové začátky
- fonační doba



## Standard z hlediska posluchače

- nevyvolává negativní pozornost sám o sobě
- nepřekáží slovní komunikaci
- tónová kvalita – čistý bez příměsí, mluvní výška odpovídá pohlaví a věku
- adekvátní hlasitost, modulace, rezonance

# Standard z hlediska uživatele

- schopnost komunikace v různých situacích
- běžná konverzace, tichá, hlasitá mluva, zpěv a jiné expresivní použití

# Poruchy hlasu

- patologické změny v individuální struktuře hlasu
- změny v akustických kvalitách, způsobu tvoření, používání
- mohou se objevit i vedlejší zvuky
  
- <http://www.ceskatelevize.cz/ivysilani/1186000189-13-komnata/206562210800031-13-komnata-stanislava-fisera>

# 1. Funkční poruchy hlasu

- **poruchy z přemáhání**
- poruchy ze zatížení – správná technika, velká zátěž
- poruchy z techniky – špatná technika – zvedání hrtanu, zapínání vedlejších hrtanových svalů



## 2. Psychogenní poruchy

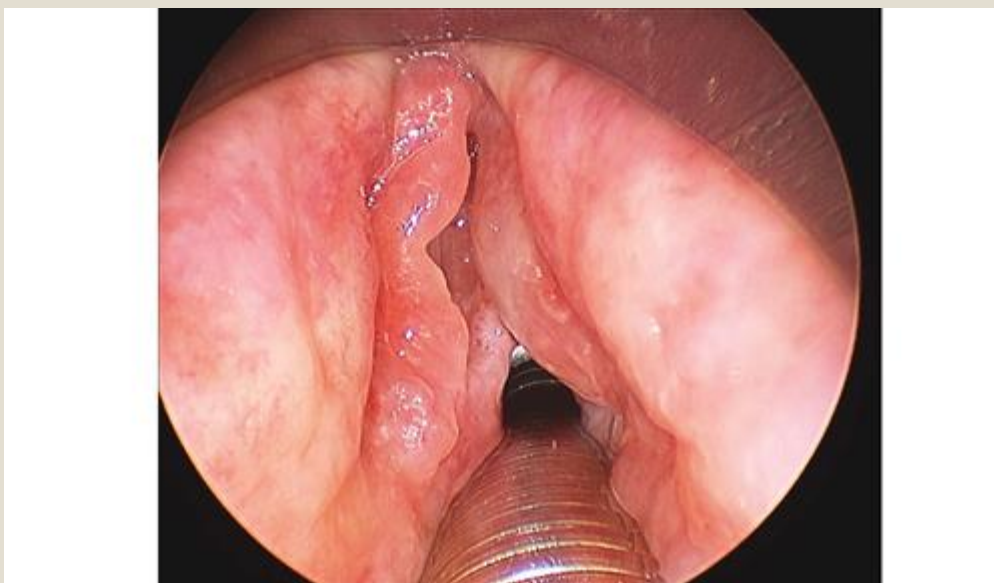
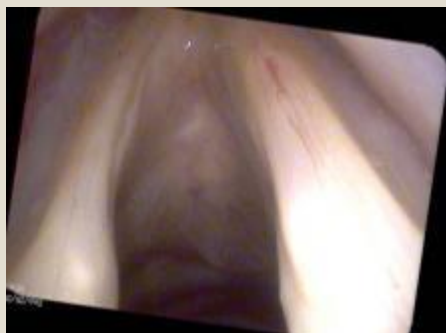
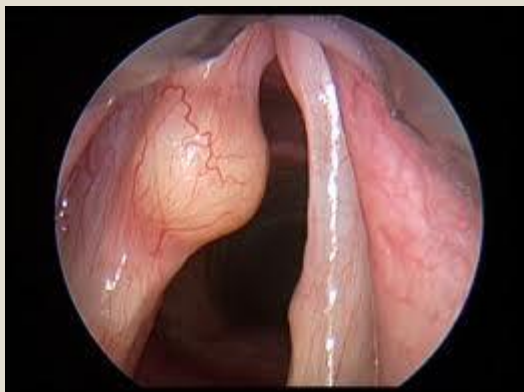
- fobie
- deprese
- hysterie
- v případě nejvyšší potřeby hlas selhává
- napětí, nejistota, hysterie
- hlasotvorný aparát organicky v pořádku, hlasitý kašel, smích, pláč zachován
- psychoterapie

# 3. Organické poruchy

- **záněty HCD, nachlazení, kašel, rýma**
- dech zatížen kašlem, zduřelé zanícené hlasivky, rezonanční dutiny – hlen a rýma
- **polypy, uzlíky, otoky, drobné benigní nádory, cysty**
- postižení hlasu závisí na lokalizaci a velikosti léze

# 3. Organické poruchy

- **onemocnění štítné žlázy**
- **poruchy dechové a rezonanční funkce**
- hlas je „udýchaný“
- **onemocnění plic**
- **zhoubná nádorová onemocnění hrtanu**





# náhradní hlasové mechanismy

- jícnový hlas
- tracheofaryngeální hlasová píšťel
- elektrolarynx
- <http://www.youtube.com/watch?v=R4azcU6i2IE>

# Hlasová hygiena

- soubor zásad péče o hlas
- dodržovat od dětského věku – dokud není hlas porušen nebo zcela zničen
- hlasová hygiena souvisí s celkovou hygienou organismu

# Hlasová hygiena

- otužování
- upevňování nervového systému
- správná životospráva
- dostatek spánku
- strava, pitný režim
- aktivní odpočinek – zdravý celkový způsob života
- cvičení podporující svalstvo hrudní a břišní
- strava – A, E, B 12, 2, 6, C

- ochrana před negativními vnějšími a vnitřními vlivy
- nedýchat ústy – vzduch není očištěn a ohřátý
- dostatečná vlhkost vzduchu
- náhlé změny teploty
- hlasová školení a cvičení
- hlasový odpočinek

# ***Neobvyklé způsoby tvoření hlasu – pro zajímavost 😊***

- šepot – nejde o vznik hlasu, hlasivky nekmitají
- vzniká pouze třecí šelest
- hlasová štěrbina není zavřena – jen zúžena – vzduch se tře o okraje hlasivek
- násilný šepot je škodlivý – překrvení hlasivek

# jódlování

- zvětšení zvučnosti lidského hlasu na dálku – signalizace v horských krajích
- rychlé střídání rejstříku hlavového a hrudního, zesílený hlas
- <https://www.youtube.com/watch?v=vQhqikWnQCU>

# inspirační hlas

- vzniká při vdechu
- násilně vtahován sevřenou hlasovou štěrbinou vzniká vzduch do průdušnice přitom rozkmitá sblížené hlasivky
- škytnutí, vzlyknutí
- kůň, osel, kráva – inspirační zvuky

# břichomluvectví

- pozměněný lidský hlas
- mluvení při silně sevřené a zúžené hlasové štěrbině
- neobvyklé zabarvení vzniká změnou rezonančních prostor nad hrtanem
- artikulace je omezena tak, aby pohyby úst a čelistí byly co nejméně viditelné
- zvuk hlasu je utlumen
- vzbuzování víry v nadpřirozené síly, věšterství



# falzetisté

- zesílený falzet virtuózně vycvičený – zpívali sopránové a altové party
- chrámové sbory 16. st

# kastráti

- operní praxe 16.-19. st
- chlapecký hrtan i hlasivky, mužské plíce
- sytost a barevnost a výška ženského hlasu – mohutnější, silnější, dechově vytrvalejší
- velká popularita a společenské uznání, poslední umírá 1922
- <https://www.youtube.com/watch?v=J8HuTVSB4Yw>