

# YHDESSÄ ETEENPÄIN



[www.ankytyys.fi](http://www.ankytyys.fi)  
[info@ankytyys.fi](mailto:info@ankytyys.fi)

## Tiesitkö?

Änkytys on tavallinen puheen motorisen koordinaation häiriö. Lapsista noin 5 % änkyttää vähintään kuuden kuukauden ajan, ja suurimmalta osalta vaiva häviää itsestään iän myötä. Aikuisista noin 1 % änkyttää – Suomessa on siis noin 50 000 änkyttäjää.

Miehillä änkytys on neljä kertaa yleisempää kuin naisilla.

Änkytys ilmenee puheessa tahattomina to-to-toistoina, vvvvvenytyksinä tai p\_\_\_\_\_uheen lukkiutumisenä niin ettei ääntä tule lainkaan.

Puheeseen voi liittyä myös kehon liikkeitä, joita kutsutaan myötäliikkeiksi, muutoksia hengityksen rytmissä ja äänenkäytössä sekä lihasjännityksen lisääntymistä. Esimerkiksi puhujan äänen korkeus voi nousta tai kasvoilla voi näkyä tahattomia ilmeitä. Änkytyksen määrä ja laatu vaihtelevat tilanteittain. Änkytys herättää usein puhujassa voimakkaita tunteita ja kuulijassa hämmennystä. Puhuessaan änkyttävä henkilö tietää tarkalleen, mitä aikoo sanoa, mutta ei pysty tuottamaan puhetta haluamallaan tavalla. Änkytystä hoidetaan puheterapialla.

## Mitä tehtävissä?

Lapsen änkytykseen voit hakea apua neuvolasta, terveydenhoitajalta tai puheterapeutilta. Lapsi tarvitsee puheterapiaa, jos änkytys on jatkunut kuusi kuukautta tai jos änkytys on voimakasta, lapsi on turhautunut tai vanhemmat ovat tilanteesta huolissaan.

Varhain aloitettu puheterapia tuo hyviä tuloksia; puheterapia lieventää änkytystä ja varsinkin lapsilla voi jopa poistaa sen kokonaan. Lapsilla perheen osallistuminen puheterapiaan on tärkeää.

Myös aikuinen voi saada apua puheterapiasta. Puheterapeutteja toimii esim. terveyskeskuksissa, keskussairaaloissa ja yksityisinä ammatinharjoittajina. Aikuisten terapian päämääränä on auttaa puhujaa tulemaan hyvin toimeen jokapäiväisessä elämässään. Terapian avulla voidaan parantaa elämänlaatua ja vaikuttaa negatiivisten tunteiden väheneeseen.

## Et ole yksin

Suomen änkyttäjien yhdistys ry (SÄY) toimii änkyttäjien ja heidän perheidensä sekä änkytyksen kanssa työskentelevien ammatti-ihmisten tuki- ja etujärjestönä. SÄY järjestää tapamisia ja muuta vertaistukea sekä sopeutumisvalmennus- ja kuntoutumiskursseja änkyttäjille ja heidän perheilleen. SÄY tuottaa ja jakaa tietoa änkytyksestä sekä järjestää täydennyskoulutusta ammatti-ihmisille.

## Olemme lähelläsi

SÄYn kotisivuilta osoitteesta <http://www.ankytyks.fi> saat tietoa änkytyksestä ja yhdistyksen toiminnasta sekä voit jakaa ajatuksiasi keskustelufoorumissa. Sivujemme kautta voit tilata änkytystä käsittelevää materiaalia. SÄYllä on myös paikallista toimintaa; useissa kauspungeissa kokoontuu puhekerhoja, joissa voit tavata muita änkyttäjiä.

Jäsenenä saat kotiisi SÄYn lehden, Puheen vuoron, ja oikeuden jäsenhintoihin vertaistapaamisissa.

## Kursseja

SÄY järjestää ainoana Suomessa kuntoutus- ja sopeutumisvalmennuskursseja änkyttävälle aikuisille, nuorille sekä lapsille ja heidän perheilleen. Kurssien rahoittajina toimivat RAY ja KELA sekä kunnat maksusitoumuksilla. Ajankohtainen kurssitarjonta löytyy kotisivuiltamme.



Posti-  
merkki

Suomen änkyytäjien yhdistys ry  
PL 60  
00131 Helsinki

---



# Haluan liittyä Suomen änkyttäjien yhdistykseen

Nimi: \_\_\_\_\_

Syntymävuosi (jäsenmaksun vuoksi tärkeä): \_\_\_\_\_

Osoite: \_\_\_\_\_

Postinumero: \_\_\_\_\_ Paikkakunta: \_\_\_\_\_

Puhelinnumero: \_\_\_\_\_

Sähköposti: \_\_\_\_\_

- Änkytän
- En änkytä
- Liityn perhejäseneksi, perheenjäsenten nimet ja änkyttävien perhejäsenten syntymävuodet.

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

- Olen puheterapeutti/puheterapeuttiopiskelija
- Olen muu ammattihenkilö, mikä?

Lisätietoja:  
**[www.ankytys.fi](http://www.ankytys.fi)**



## Helpotat änkyttävän ihmisen puhumista kun...

- osoitat olevasi kiinnostunut kuulemaan mitä puhujalla on sanottavanaan
- keskität huomiosi puheen sisältöön etkä siihen, miltä puhe kuulostaa
- kuuntelet keskeyttämättä, et arvaile etkä puhu toisen puolesta
- teet puhetilanteista rauhallisia ja kiireettömiä
- katsot puhujaa luontevasti änkytyksestä huolimatta
- korostat vuorotellen puhumista: voit pitää pienen 1-2 sekunnin tauon ennen oman puheenvuorosi aloittamista vähentäen näin kiireen tuntua asioiden sanomiseen.

## Yhdessä eteenpäin

SÄY tukee jatkossakin änkytysterapiamenetelmien kehittämistä, änkytyksen hoitoon kouluttautumista ja änkytyksen tutkimusta.

SÄY kuuluu ELSAan (European League of Stuttering Associations) ja ISAan (International Stuttering Association) ja tekee tulevaisuudessakin yhteistyötä kansainvälisten sisarjärjestöjen kanssa.

## Lisätietoja:

[www.ankytyks.fi](http://www.ankytyks.fi)  
[info@ankytyks.fi](mailto:info@ankytyks.fi)

