

声音长期嘶哑 当心喉癌在作怪

生活中我们经常会在劳累、讲话过多以及着凉后出现咽痛、声音嘶哑、咳嗽等症状。有时经过几天休息或服用药物后,声音嘶哑的症状逐渐好转,但有时症状会持续数日,甚至数月。

在门诊中,有一些患者因为嗓子哑了没当回事,等长期不见好来就诊时查出了大毛病。引起声音嘶哑的原因很多,有可能是单纯的上火,也有可能是声带炎性病变或是声带长了小结、息肉,还有可能是恶性肿瘤。因此,声音嘶哑是警惕声带病变的征兆,千万要予以重视。

声带炎性病变 常为急慢性喉炎

1

声带由两片声襞组成,它连接着气管,它就像是气管的一个开关。我们在发声时,两侧的声襞拉紧、中间的缝隙变窄甚至几乎关闭,从气管和肺冲出的气流不断冲击声带,引起振动而发声。

所以声带的长短、松紧和中间缝隙的大小,都会影响到声调的高低。成年男子声带长而宽,女子声带短而狭,所以女子比男子声调高。青少年 14 岁开始变音,一般要持续半年左右。

声带炎性病变中最常见的是急、慢性喉炎。急性喉炎的主要病因有病毒或细菌感染、用声过度、烟酒刺激、抵抗力下降等。慢性喉炎的主要病因有急性喉炎的反复发作或迁延不愈,粉尘或烟酒刺激,用声不当,邻近器官的慢性炎症蔓延等。

治疗声带炎性疾病的方法有禁声、去除致病因素、戒烟戒酒、雾化治疗等。声音嘶哑严重的患者还可口服抗生素、激素、响声丸等药物治疗。绝大多数患者经过上述治疗后,可恢复正常嗓音。

声带小结和息肉 多因用声不当

2

声带小结是一种常见疾病。典型的声带小结是双侧声带前、中三分之一交界处有对称性结节状隆起,这也是造成声音嘶哑的常见病因之一。

这种情况多见于职业用声或用声过度的人,如演员、教师、讲解员等。症状主要是声音嘶哑,早期程度较轻,为声音稍粗或基本正常,仅用声多时感到疲劳,时好时坏,呈间歇性。以后逐渐加重,由间歇性发展为持续性。

病情较轻者一般采用禁声的方法,让声带休息,大多可自行消失。一般治疗和药物治疗均无效者,可在全麻下行喉显微手术将小结切除。术后禁声两周,并进行雾化吸入治疗。

声带息肉好发于声带前、中三分之一交界处边缘,为半透明、白色或粉红色表面光滑的肿物,多为单侧,也可以为双侧。究其病因,与用声不当与用声过度、吸烟、内分泌紊乱及变态反应等有关。上呼吸道病变,如感冒、急慢性喉炎等也是一类诱因。其症状主要是较长时间声音嘶哑,其程度和息肉大小及部位有关。息肉大者声音嘶哑程度更重,可堵塞声门引起吸气性喉喘鸣和呼吸困难。手术治疗是主要方法。



声音嘶哑超 3 周警惕恶变

3

喉癌是头颈部常见的恶性肿瘤,发病率仅次于鼻咽癌,且男性患者多于女性。它分为原发性和继发性两种。原发性喉癌指原发部位在喉部的肿瘤,以鳞状细胞癌最为常见。继发性喉癌指从其他部位的恶性肿瘤转移而来,较为少见。其症状主要是声音嘶哑、呼吸困难、咳嗽、吞咽困难、颈部淋巴结转移等,形态有菜花样、结节样或溃疡样,常为灰白色或暗红色。

吸烟、饮酒,病毒感染,环境因素,放射线及性激素是常见病因。对于长期吸烟饮酒、年龄超过 40 岁以上的患者,如果声音嘶哑症状持续超过 3 周以上,要高度怀疑喉部恶性肿瘤的可能。比如声门型喉癌,患者的首发症状就是声音嘶哑,当病变发展到一定程度后会引发呼吸困难、喉痛、痰中带血等。

手术是喉癌患者的主要治疗手段,手术原则是彻底切除肿瘤组织。对于身体条件差或不宜手术的患者,可行放射治疗、化学治疗和生物治疗等。

手术后少说“悄悄话”

4

接受声带手术后,全麻患者要禁食、禁饮水 6 小时,以防呕吐引起窒息。局麻术后、全麻清醒 6 小时后建议半流质饮食,如稀饭、汤面等,术后第二天即可普通饮食,但避免刺激性强的食物,如煎、炸、辛、辣食物。咽喉部轻度疼痛、有痰等不适是常见情况,雾化吸入可缓解不适。

手术后要立即禁声,持续 3 天,出院后应改掉大力清嗓的习惯。这个动作会使声带瞬间紧张碰撞,影响伤口愈合,即便恢复后也需避免用声过度。

同时,患者还要改变不良生活习惯,如吸烟、喝酒、喜食辣椒、熬夜以及唱歌后喝冷饮等。这些刺激会造成声带充血水肿,影响伤口愈合及声音的恢复。术后 1 个月至 3 个月要就诊,经电子喉镜复查。

此外,术后一段时间要注意少说悄悄话。悄悄话与轻声细语虽然音量很小,但仍有微弱的气流振动声带,这是一种十分费力的说话方式,尤其在声带有病变的时候会影晌声带健康。在感冒时,绝对不可用“悄悄话”的方式说话。

医师提醒



如何保护嗓子?

- 1、加强体育锻炼,增强体质,提高对上呼吸道感染的抵抗能力;感冒时减少说话,多喝温开水,注意声带保养。
- 2、少吃刺激性食物,避免用嗓过度,禁烟酒。
- 3、教师、文艺工作者需使用正确的发声方法,且

不可发声过度;限制工作之外的说话时间,减少不必要的长时间聊天或打电话。

4、养成慢慢说话的习惯,降低说话速度,如果说话急促甚至一连串话说得上气不接下气,会导致发声不当。
(杜晶艳)