

## **Бъбривите пушачки по-често губят глас**

Ако сте жена, която много обича сладките приказки с цигарка, вероятността да загубите гласа си заради т.нар. оток на Райнке, е много голяма. Изпаднат ли в подобна ситуация, бъбривите жени по-лесно отказват цигарите, отколкото да ограничат говоренето, казва специалистът УНГ д-р Петър Руев. От оток на гласните струни не са застраховани и мъжете, но при тях това се случва сравнително по-рядко.

Загубата на гласа е особено състояние, защото пациентът губи най-важната човешка способност - да комуникира. В повечето случаи не говорим за пълна загуба на гласа, а за нарушение, наречено дисфония. Гласът става дрезгав, по-слаб или променя тембъра си. Най-често причината е в протичащи възпалителни заболявания на горните дихателни пътища и по-специално на гласните връзки. Те загубват еластичността си и към основния тон в гласа се появяват допълнителни обертонове.

Когато загубата на гласа е причинена от бактерията хемофилус инфлуенца тя е особено опасна при децата, защото отокът на ларинкса при подрастващите може да доведе до задушаване, тъй като най-тясната част на детския ларинкс е под гласните връзки.

Друга причина за промяна на гласа е появата на различни образувания по гласните струни. Тогава е характерно постепенно отслабване на гласа, докато се стигне до пълното му изчезване. Образуванията по гласните струни най-често са доброкачествени и много по-рядко злокачествени.

Стомашните киселини също може да се окажат причина за загубата на гласа ви. Соковете, които се връщат от стомаха през хранопровода към гърлото, може да причинят така наречения рефлуксезофагит, защото увреждат лигавицата на ларинкса, обяснява д-р Руев. В този случай се лекуват не гласните струни, а стомаха. За щастие състоянието е обратимо. Единствения проблем е, че лечението продължава 2-3 месеца.

Съчетанието от вредните вещества в алкохола, цигарите и замърсения въздух също са причина за загуба на гласа. Най-важното, което трябва да направите при дрезгав глас, е да оставите гласните си струни в покой, съветва д-р Руев. Шепненето е също толкова вредно за ларинкса, колкото и викането. В такова състояние човек трябва да говори нормално и колкото се може по-малко. Много от смущенията може да са на чисто функционална основа и да са предизвикани от психоемоционална възбуда. Случва се човек да не може да изкрещи, точно когато изпитва ужас от нещо.

Пиенето на сурово яйце, консумацията на мед лекуват гласа. Продължи ли обаче дисфонията повече от 7 дни, идете на лекар, защото причината може да се окаже нещо повече от обикновено възпаление.

*Стоян СТРАТИЕВ*

сн. зр Petar Ruev 50-09 - Мълчанието е злато, особено когато загубите гласа си, казва д-р Петър Руев