



“เสียงแหบ” (Hoarseness)



บทความโดย

นพ.พัฒน์วรค์ ลิ้มปรีระกุล

ภาควิชาโสต ศอ นาสิกวิทยา

คณะแพทยศาสตร์วชิรพยาบาล มหาวิทยาลัยนวมินทราธิราช



หมอชวนรู้



The Medical Council of Thailand

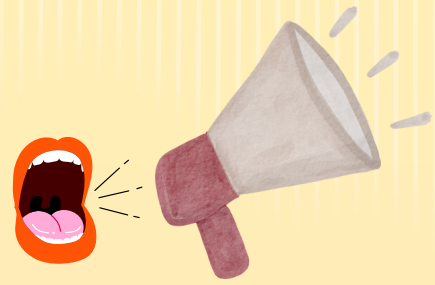


www.tmc.or.th



02-590-1886

“เสียงแหบ” (Hoarseness)



“กล่องเสียง”

ทำหน้าที่เป็นทางผ่านของอากาศตอนหายใจ
ป้องกันการสำลักสิ่งแปลกปลอมต่าง ๆ เช่น น้ำ อาหาร ตกลงไปหลอดลม
และควบคุมการเปิด-ปิดเส้นเสียง ช่วยให้เราสามารถเปล่งเสียงออกมา
เป็นภาษาได้ โรคหรือพยาธิสภาพที่เกิดขึ้นบริเวณกล่องเสียง ผู้ป่วยมักจะมาพบ
แพทย์ด้วยอาการ “เสียงแหบ” ซึ่งต้องมีการตรวจวินิจฉัยและให้การรักษาต่อไป



สาเหตุของอาการเสียงแหบ

เสียงแหบเกิดได้จากหลายสาเหตุ โดยสามารถแบ่งออกได้เป็นความผิดปกติทางกายวิภาค (anatomical abnormality) และความผิดปกติทางหน้าที่ (functional abnormality)

สาเหตุที่พบได้บ่อย ได้แก่ การติดเชื้อทางเดินหายใจส่วนต้น (กล่องเสียงอักเสบเฉียบพลัน) สาเหตุอื่น ๆ ที่อาจพบได้ ได้แก่ โรคที่บริเวณเส้นเสียงจากพฤติกรรมการใช้เสียงที่ผิดวิธี (ตุ่มที่เส้นเสียง ถู้น้ำที่เส้นเสียง), เนื้องอก (มะเร็งกล่องเสียง, หูดที่กล่องเสียง), โรคทางระบบประสาท (เส้นเสียงเป็นอัมพาต, กล้ามเนื้อเส้นเสียงหดเกร็ง), กรดไหลย้อน, เกิดตามหลังการใส่ท่อช่วยหายใจ หรือเกิดตามหลังการผ่าตัดบางประเภท เช่น การผ่าตัดต่อมไทรอยด์ และต่อมพาราไทรอยด์, การผ่าตัดหัวใจและทรวงอก, การผ่าตัดกระดูกสันหลังส่วนคอ, และการผ่าตัดทางระบบประสาทและฐานกะโหลกศีรษะ เป็นต้น

ภาพตัวอย่าง



เส้นเสียงปกติ



ติ่งเนื้อที่เส้นเสียง



มะเร็งกล่องเสียง

From <https://www.youtube.com/watch?v=P5HbnhzPmUo>

“เสียงแหบ” (Hoarseness)

เสียงแหบบแบบไหนที่ควรต้องพบแพทย์ ?



โดยส่วนใหญ่ หากเป็นสาเหตุที่มาจากการติดเชื้อ หรือการใช้เสียงเยอะ/ใช้เสียงผิดวิธี โดยที่ไม่มีรอยโรคที่บริเวณเส้นเสียง อาการมักจะกลับมาเป็นปกติภายใน 1-3 สัปดาห์



หากมีอาการเสียงแหบติดต่อกันเกิน 4 สัปดาห์, ผู้ป่วยที่ประกอบอาชีพที่ต้องใช้เสียงมาก เช่น นักร้อง นักแสดง พิธีกร ครู หรือในกรณีที่มีสัญญาณเตือนบางอย่างร่วมกับเสียงแหบ ได้แก่ ไอเป็นเลือด, กลืนลำบาก/กลืนเจ็บ, หายใจหอบเหนื่อย, ก้อนที่คอ, เบื่ออาหาร/น้ำหนักลด, ประวัติการใส่ท่อช่วยหายใจ, การผ่าตัดที่มีแผลบริเวณลำคอ, ประวัติสูบบุหรี่ ควรเข้ารับการตรวจเพื่อหาสาเหตุ ส่งกล้องประเมินกล่องเสียง โดย โสต ศอ นาสิกแพทย์ และเข้ารับการรักษาต่อไป



วิธีดูแลตัวเองเบื้องต้นเมื่อมีอาการเสียงแหบ

1 ดื่มน้ำให้เพียงพอ อย่างน้อยวันละ 2 ลิตรต่อวัน (6-8 แก้วต่อวัน)

2 ลด หรือ งดการใช้เสียง



3 ปรับเปลี่ยนสภาพห้องให้มีความชุ่มชื้น เช่น การใช้เครื่องทำความชื้น



4 หลีกเลี่ยงการกระแอมหรือการไอที่มากเกินไป



5 งดสูบบุหรี่



6 งดรับประทานเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์และคาเฟอีน



7 งดรับประทานยาบางชนิด ที่อาจลดความชุ่มชื้นของเยื่อภายในช่องคอ เช่น ยาแก้แพ้ (antihistamines), ยาลดบวมเยื่อจมูก (decongestants) เป็นต้น