



Siz sorun, uzmanlar yanıtlasın... saglik@sozcum.com

15 günden fazla süren ses kısıklığına dikkat!

Kış aylarında ses kısıklığının üst solunum yolları enfeksiyonlarından kaynaklandığı sanılır. Oysa bu rahatsızlık 15 günden fazla sürerse gırtlak kanseri habercisi olabilir

Acibadem Bakırköy Hastanesi Kulak Burun Boğaz Uzmanı Prof. Dr. Ferhan Öz, ses kısıklığının 8 nedeni olduğunu belirtti. İşte onlar:

1. REFLÜ: Bu hastalık yemek borusunda verdiği belirtiler dışında ses kısıklığına da neden olabiliyor. Midedeki asidin yemek borusundan yukarı doğru çıkarak yemek borusu dışına, yani gırtlığa ulaşarak bu bölgede toksik etki yapması sonucu ses telleri üzerinde çeşitli değişiklikler olabiliyor. Ses kısıklığı, seste yorulma, özellikle tiz seslerde güçlük, boğazını bir şey sıkıyormuş hissi, gıcık hissi ve kuru öksürük tipik belirtileri oluşturuyor. Asitli, ağır yağlı, aşırı sıcak ve baharatlı gıdalardan kaçınmakla reflüye karşı önlem alınabiliyor. 1-3 ay arası ilaç tedavisi sonrası ses tellerindeki reflü hasarının gerilediği görülüyor.

Nedeni ciddi olabilir...

2. SESİ YANLIŞ KULLANMA: Uzun süre yanlış kullanıma bağlı olarak ses tellerinde nodül, kısa süreli ani yanlış kullanımlarda polip, kanama, kist ve benzeri oluşumların ses telleri üzerinde gelişiyor. Ses terapisi, sesin düzgün kullanımı veya sesin dinlendirilmesiyle nodül geriliyor, ses düzeliyor. Ses yanlış kullanılmaya başlandığı anda nodül tekrarlıyor. Tedavisi mikrolarengeal cerrahi oluyor.

3. SİGARA: Sigaranın yapmış oldu-



ğu toksik etki sonucu ses telinde oluşan ödem, ince kadın ses tellerini kalın erkek ses telinden daha kalın bir hâle getiriyor. Sigara kullanımının etkileri özellikle orta yaşta kadınlarda sabah kalktıklarında seslerinin erkek sesi gibi çıkması, günün ilerleyen saatlerinde ise sesin yavaş yavaş düzelmeye şeklinde görülüyor. Zamanla erkek sesiyle konuşma geri dönüşümsüz bir hâl alıyor. Erkeklerde sesin kalınlaşması ise daha karizmatik olarak algılandığı için yoğun sigara içen erkekler doktora kolay kolay başvurmuyor. Başvurdukları zaman da genellikle kanser şüphesi ön planda oluyor.

SES kısıklığında 3 tedavi yönteminden faydalanılıyor; ilaç tedavisi, ses terapisi ve ses cerrahisi. Reflü, alerji ile enfeksiyon hastalıklarında genellikle ilaç tedavisi yeterli gelirken, sesin yanlış kullanımı nedeniyle gelişen nodül gibi hastalıklarda ise ses terapisine başvuruluyor. Ancak birçok ses kısıklığın-

3 tedavi yolu var

da uygulanan yöntem cerrahi oluyor. Ses teline yönelik uygulanan ameliyatlarda her zaman ses kalitesini iyileştirmek için yapılıyor. Ancak olumsuz bir tabloyla karşılaşmamak için operasyonun mutlaka ses konusunda deneyimi olan Kulak-Burun-Boğaz uzmanları tarafından yapılması gerekiyor.

4. GIRTLAK KANSERİ: Ses kısıklığı nedenleri arasında kanser çok az bir yer olsa da, göz ardı edilmemeli. Ses kısıklığı gırtlak kanserinin en erken belirtisi olduğu için 15 günü geçen tüm ses kısıklıklarında mutlaka bir Kulak Burun Boğaz uzmanına başvurulmalı. Erken yakalandığında gırtlak kanserinde tedavi başarısının yüzde 100 olduğu da unutulmamalı.

Çay, kahve ve çorba uyarısı

5. ÜST SOLUNUM YOLU ENFEKSİYONU: Sonbahar ve kış aylarında sıkça görülen bronşit, soğuk algınlığı ve sinüzit gibi üst solunum yolu enfeksiyonları geriye akıntı yaratarak ses tellerini olumsuz etkiliyor. Ses telleri üzerine geleni iltihabi akıntı ses tellerinde sürekli bir gıcık hissi, sesi temizleme, seste yorulma ve çatallanmaya neden oluyor. Üst solunum yolu enfeksiyonlarına yakalandığımızda sesimizi zorlamamalıyız. Aksi takdirde ses tellerimizde zarara yol açabiliriz.

6. ADET DÖNEMİ: Kadınların adet döneminde östrojen seviyeleri yükseldiği için ses tellerinde ödem oluşuyor. Bu özel günlerde sesin yoğun kullanımı ses telinde yaralanmalara yol açabiliyor ve ses kısıklığı gelişebiliyor.

7. AŞIRI SICAK İÇECEKLER: Aşırı sıcak içecekler de ses telleri ve çevresinde termal etki yaratarak gıcık hissi, seste çatallanma ve kısılmaya yol açabiliyor. Aşırı sıcak içilen çay, kahve ve çorba içecekler yemek borusunda aşırı ısıya bağlı zarara yol alabildikleri gibi, çok yakın bir yerde yerleşen ses tellerine de benzer bir zarar verebiliyor.

8. ALERJİ: Solunum yolu alerjenleriyle karşılaştığımızda burnumuzdaki gibi salgı artışı ve ödemin çok daha hafif şeklini ses telleri üzerinde görebiliriz. Alerjisi olan hastalarda seste çatallanma, yorulma ve gıcık hissi sık görülen belirtilerdir. Bu dönemlerde bilinen alerjenlere karşı önlem almak ve alerjik reaksiyonları önleyici ilaç tedavileri uygulamak gerekiyor.