

# Rekedtség

96

*A rekedtség a hangminőség kóros megváltozása: a beszéd lihegő, fojtott, reszelős, remegő vagy erőtlén, a hangszín a megszokottnál magasabb vagy mélyebb lesz. Fontos tünete ez nemcsak a felső légúti fertőzéseknek, hanem egy sor más betegségnek is. Bármi is a rekedtség oka, a hangszalagok kímélése, pihentetése mindenképpen része a kezelésnek.*

A beszédhang úgy jön létre, hogy a tüdőből érkező levegő rezgésbe hozza a hangszalagokat, s ezáltal hanghullámokat kelt. A hangszalagok mozgásáért és megfeszítéséért a gége porcai és az azokhoz kapcsolódó izmok felelősek. A rekedtség a gégét, a hangszalagokat érintő betegségek első jele.

## Milyen betegségek járnak rekedtséggel?

A magától gyógyuló rekedtség fő oka a heveny gégegyulladás, amely felső légúti fertőzés egyik összetevője is lehet. Dohányzás vagy a hangszalagok rendszeres túlerőltetése mellett idültté válhat. A hangszalagok izmainak megfeszülése miatt az idegesség, a stressz is okozhat rekedtséget. Nyaki, mellkasi műtét után idegsérülés lehetőségére is gondolni kell. Rekedtséggel járhat több hormonális rendellenesség (pl. pajzsmirigy-alulműködés) és gyulladásozó ízületi betegség. Hasonló tünet hívhatja fel a figyelmet a vírusos gégesze-

mölcsre és a gége polipjára, daganatára is. A gégerák leginkább a dohányosokat, az alkohol barátait és a savas refluxban szenvedőket veszélyezteti.

## Hogyan derítik fel a rekedtség okát?

A házi orvos vagy a szakorvos először kikérdezi a beteget hangjának megváltozásáról, korábbi betegségeiről, a gégét veszélyeztető életmódbeli szokásairól (dohányzás, alkohol, hanghasználat). A több mint 2 hete fennálló rekedtség okának felderítésére gégetükörrel vizsgálja meg a gégét. Ha ez az egyszerű, fájdalommentes vizsgálat gyanús elváltozást jelez, akkor apró szövetmintát vesz a pontos kórisme megállapítása céljából.

## Hogyan kezelhető a rekedtség?

„Rekedtségcsillapítókat” nem árulnak a gyógyszertárakban: a kezelésnek a tünet okát kell megszüntetnie. Ha baktériumfertőzés vagy allergia van a hátterben, segít az antibiotikum vagy az allergiaellenes gyógyszer. A savas reflux okozta rekedtség gyomorsavtermelést gátló szerrel kezelhető. Az asztma elleni gyógyszerek okozta krónikus gégegyulladást gyógyszer váltással, az adag csökkentésével lehet mérsékelni. A pajzsmirigy-alulműködés hormonkezelése a beszédhangot is javítja. A gége rosszindulatú daganatai korai műtéttel véglegesen meggyógyíthatók.



A folyamatos hangos beszéd, a dohányzás és a fűszeres ételek előbb-utóbb rekedtséget okoznak

## Hogyan kímélhetjük hangszalagjainkat?

A hangszalagoknak nem tesz jót a sok „tornáztatás”, ezért ha berekedünk, tartózkodnunk kell a hangos beszédétől, a gyakori köhögéstől, torokköszörüléstől. Az aktív és passzív dohányzást, a szennyezett levegőt hangképző szerveink épsége érdekében is kerülnünk kell. A csípős fűszerek, alkoholos és szénsavas italok kerülésével is javíthatunk hangunkon. A „hangterápia” olyan irányban módosítja a hangképzéssel kapcsolatos szokásokat, hogy mérséklődjön a gége igénybevétele – különösen azoknak érdemes hangterapeutához fordulniuk, akik a mindennapi munkájukban is használják a hangjukat.

## Forduljunk fül-orr-gégészhez:

- ha a rekedtség már 2 hete fennáll
- ha fájdalom is jelentkezik, nátha és influenza nélkül
- ha a hang hirtelen megváltozik, s ez néhány napnál tovább tart
- vérköpés, tapintható nyaki csomó vagy nyelési nehézség esetén

Ez a tájékoztató nem helyettesíti az orvosi kezelést. A betegek számára készített másolatoktól eltekintve felhasználása csak a kiadó írásos hozzájárulása nyomán engedélyezett.