

平成26年5月 NO.18

発行：三重耳鼻咽喉科 荘司邦夫・坂井田麻祐子

津市観音寺町 445-15

Tel: 059-228-0100 Fax: 059-228-0133

ホームページ：<http://www.miejibika.com/>携帯サイト：<http://www.miejibika.com/i/>

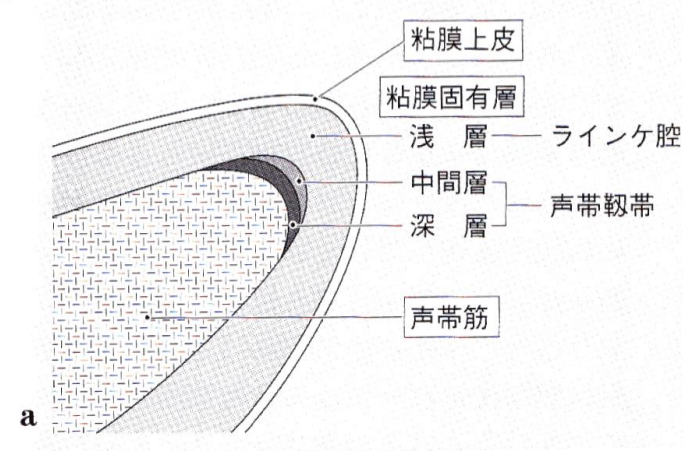
### <声のトラブル>

耳鼻咽喉科では、「喉頭（こうとう）」という、喉の奥の方を診察します。喉頭には、声帯という、声を出す器官があります。声がかすれる、声が出ない、声がガラガラする、といった、声の不調で受診される方も多く、今号は声のトラブル特集にしてみました。

声帯は、男性で2cmくらい、女性で1.5cmくらいの小さな器官です。ちょうどのど仏の裏にあり、耳鼻科では、口から小さな鏡を入れて写して診察したり、鼻から細いファイバースコープ（カメラ）を入れて診察したりします。上から見ると、ちょうどVの字型になっています。



息を吸っているときは、声帯がVの字になります。左右の声帯の隙間から、気管の方へ息が流れていきます。声を出すときは、左右の声帯が中央に寄り、ぴったり接触します。吐く息で声帯が震え、声となります。声帯はやわらかい粘膜と、その下にあるヒアルロン酸たっぷりの粘膜固有層で筋肉を包んだような組織です（下の図が声帯の構造です）。やわらかい部分が、吐く息によって波打つように振動し、左右の声帯がこすれ合うことでいい声が生まれます。



たとえば、声帯の一部が硬い、あるいはぶよぶよと腫れている、逆に痩せているといった場合、粘膜同士がきれいに接触することはできません。これが声のトラブルにつながります。

#### \* 声がかすれる

かすれる場合、左右の声帯がうまく接触していない可能性があります。例えば、声帯が痩せてしまっている場合（声帯萎縮）です。一人暮らしであまりしゃべらない方、普段声を出す機会が少ない方は、声帯筋が衰え、声帯が痩せてきます。また、加齢とともに、粘膜固有層のヒアルロン酸が減少（お肌のしわと同じです）し、やはり声帯が痩せて

きます。すると、声を出そうと左右の声帯が寄り合っても、隙間から吐く息が漏れて、空気の混じった、カスカスの声になってしまいます。

加齢変化は予防ができませんが、声を出す習慣を付けることで、声帯の張りが出て、少しずつ声が出しやすくなります。毎日お経を読んだり、新聞を朗読したり、カラオケをしたりと、声を出すようにしましょう。



#### \* 声がガラガラする

ガラガラするときは、左右の声帯の間に何かが引っかかっている場合が多く、例えば、粘りの強い痰、ポリープや結節といったできものなどが原因となります。

痰の絡みは、鼻の病気（主に副鼻腔炎）、喉の乾燥による粘つき、喉や気管・気管支の炎症に伴う痰など、原因は様々です。元になっている病気を見つけ、治療をすれば改善します。

声帯ポリープは、ヘビースモーカーや、繰り返し大声を出す方に出来ることが多いです。自然治癒することもあります。治りが悪ければ手術で除去することが可能です（ただし、全身麻酔下の手術、入院約1週間）。

声帯結節は、声を多用する人に出来やすい、声帯の「たこ」のようなものです。幼稚園・保育園の先生、学校の先生などによく見られます。大きな声を日常的に出していると、左右の声帯が繰り返し強くこすれ、たこができます。

たこが声帯のすきまで引っかかるので、ガラガラした声になってしまいます。たこはなかなか治りにくいものですが、極力大きな声を出さない（地声を張らない、喉に力を入れない）ようにして、改善するのを待ちます。声を出すことを職業とする方々にはとても悩ましい病気です。

#### \* 声が低くなった

声帯は、ギターやピアノの弦と同じで、太く長いと低い声に、逆に細く短いと高い声になります。男性の方が女性より声が低いのは、声帯が少し長いからです。

タバコをよく吸う人は、タバコの有害物質が喉に炎症を起こし、声帯が水ぶくれのように腫れ（ポリープ様声帯）、低くややハスキーな声になります。水ぶくれが強いと、息の通り道が狭くなり、息苦しくなることもあります。まずは、タバコをやめ、大きな声を出さないようにします。改善しない場合は、手術的な治療をすることもあります。



声のトラブルを感じたときは、是非、喉頭ファイバー検査を受けてみてください。鼻の痛み止めをした後、鼻からカメラを挿入し、喉の状態を詳しく診察します。検査の様子は録画し、皆様にお見せしております。検査自体は30秒から1分程度で終了します。小さなお子様でも出来る検査です。タバコを吸われる方は、半年～1年に1回くらい、喉頭癌の検診に受けられてはいかがでしょうか。