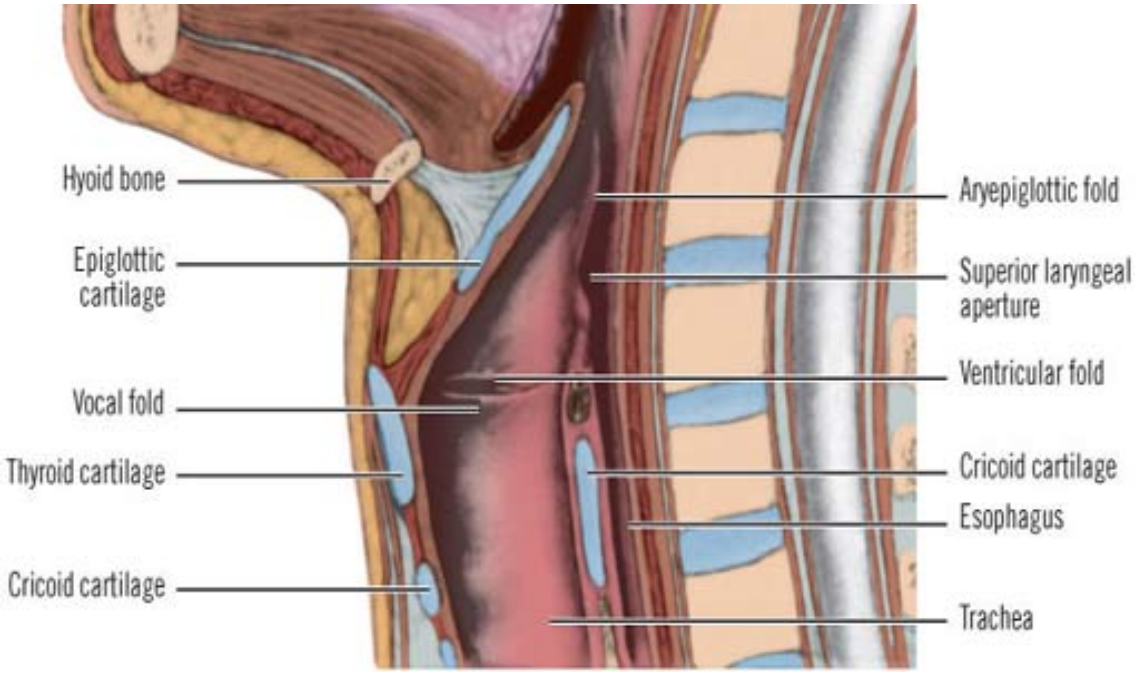
إلتهاب الحنجرة.. أسباب ووقاية



◄إلتهاب الحنجرة هو إلتهاب الغشاء المخاطي للحنجرة (الأحبال الصوتية) المتسبب في تورمها، وتشيع الإصابة به في الطقس البارد. ويُصنف الإلتهاب إلى حاد حينما تظهر علاماته بشكل مفاجئ ولمدة زمنية قصيرة، ومزمن إذا تستمر أعراضه طويلاً وتختلف العوامل المسببة له. الأبخرة المُهيجة:

بخصوص الإلتهاب الحاد، فإنّ أسبابه تأتي نتيجة العدوى الفيروسية المسببة للإصابة بالزكام، وتمزق الأحبال الصوتية الناجم عن الصراخ أو فرط إستخدامها والعدوى البكتيرية كالبكتيريا المسببة للخناق (نادراً).

أمّا إلتهاب الحنجرة المزمن، فأسبابه تكمن في إستنشاق المواد الكيميائية والأبخرة المُهيجة أو الدخان والإرتداد الحمضي (داء الإرتداد المعدي المعوي) وإلتهاب الجيوب المزمن وفرط شرب الكحول والتدخين. وتظهر علامات وأعراض إلتهاب الحنجرة متمثلة بإرتفاع درجة الحرارة والإعياء وعُسر البلع وبحة الصوت والسّعال الجاف المرافق لجفاف الحلق وضعف الصوت أو إختفائه. وعادة ما تستمر الأعراض لمدة تقل عن أسبوعين وتزول بزوال العامل المسبب. تقنيات:

يعتمد الطبيب في تشخيصه لإلتهاب الحنجرة بملاحظة بحة الصوت التي تتباين بإختلاف شدّة الإلتهاب أو العامل المهيج على فحص الأحبال الصوتية. وقد يعتمد على تقنيات تنظير الحنجرة، ويتم من خلاله إدخال أنبوب رقيق متصل بكاميرا دقيقة ومصدر ضوئي خلال الفم أو

الأنف وباطن الحلق لملاحظة حركة الأحبال الصوتية أثناء تكلم المريض أو سحب الخزعة النسيجية ودراستها مخبرياً للكشف عن العامل البكتيري أو الفيروسي المُسبّب للإلتهاب. وبالنسبة للعلاج، قد يشمل علاج إلتهاب الحنجرة المزمن عدداً من التدابير التي تهدف إلى علاج العامل المسبب كالإرتداد الحمضي (حرقة الفؤاد) أو التخلص من العوامل المهيجة كالتدخين أو فرط شرب الكحول، وكما يُوصى بالمضادات الحيوية في حالات العدوى البكتيرية أو الستيرويدات القشرانية للتخفيف من حدة إلتهاب الأحبال الصوتية في الحالات الطارئة وتتلاشى علامات إلتهاب الحنجرة الفيروسي بشكل تلقائي خلال أسبوع واحد غالباً. التدخين السلبي:

يتسبّب إلتهاب الحنجرة في تورم وإلتهاب الأحبال الصوتية، مؤدياً إلى تشويه الصوت الناجم عن مرور الهواء فوق الأحبال الصوتية، لذا ينبغي شرب كميات وفيرة من السوائل وترطيب الحنجرة بالغرغرة بالماء بشكل متكرر أو مضغ العلكة وتجنب إستخدام العقاقير الدوائية المزيلة للإحتقان، وتجنب الهمس الذي يزيد من المجهود المبذول من الأحبال الصوتية، وعدم الحديث بصوت مرتفع أو الغناء المطول واستخدام الأجهزة المرطبة للهواء. وللوقاية، من الضروري تجنب التدخين أو التعرض لدخان السجائر (التدخين السلبي)، والحد من إستهلاك الكحول أو الكافيين وشرب كميات وفيرة من الماء والإمتناع عن الإتصال بالمصابين بعدوى القناة التنفسية العلوية وتجنب تنظيف الحجرة، فقد تتسبب الإصابة بإلتهاب الحنجرة المرتبط بالعدوى بإنتشارها إلى مناطق أخرى في القناة التنفسية.►