



Communication and Swallowing
Disorders Unit (CSDU)



كرسي بحث
أمراض الصوت والبلع



جامعة الملك سعود
مستشفى الملك عبد العزيز الجامعي
وحدة أمراض التخاطب والبلع

أمراض الصوت

إعداد / أ. طلال الزريقي



قام بالمراجعة كل من:

- د. عبد الرحمن العقيل .
- د. سريح الدوسري .
- د. خالد المالكى .
- د. نهلة رفاعي .
- د. أماني طاحون .
- د. رشا شعيب .

وهذه بعض النصائح العامة التي تساعد على تصحيح الأخطاء السابقة . وغالباً يحتاجها كل شخص يود أن ينعم بصوت صحي من غير أن يطرأ عليه أي خلل يزعجه . وذلك من خلال " افعل ولا تفعل "

❖ لا تفعل ما يؤدي صوتك:



- الصراخ والكلام بصوت عال والكلام من مسافات بعيدة.
- الكلام في المناطق المزدحمة التي يكثر بها الضجيج.
- إلقاء المحاضرات بدون استخدام ميكروفون.
- كثرة النحنحة والهمهمة والكحة الشديدة.
- الضحك والبكاء بصوت عال.
- التعرض لعادم السيارات و الخروج في يوم عاصف.
- التدخين وتناول الكحوليات أو الأكلات الحارة أو مخالطة مدخنين مع استنشاق دخان السجائر.

❖ افعل ما يحافظ على صحة وسلامة صوتك :

- التعود على شرب كمية كبيرة من السوائل يوميا على ألا تشتمل على المشروبات التي تحتوى على الكافيين مثل الشاي - القهوة - الكولا.
- استخدام إشارات من أجل لفت نظر من هو على بعد بدلاً من استخدام الصوت العالي .
- تقليل الضوضاء في البيئة المحيطة قدر الإمكان قبل تبادل الحديث.
- استخدام ميكروفون للحديث في قاعات المحاضرات.
- منح الصوت فترات من الراحة قدر الإمكان على مدار اليوم.
- استخدام مرطب الجو في الغرف التي يكثر فيها تواجدك أو استخدام المكيف الصحراوي ليقلل من مشكلة الجفاف في الجو.
- استخدام الكمادات لمن يعمل في جو ملوث بالغبار أو الأبخرة الكيميائية.
- عدم تناول وجبات دسمة في الفترة المسائية (قبل النوم مباشرة).
- تجنب الأطعمة التي تزيد في حموضة المعدة.
- المبادرة باستشارة الطبيب عند ظهور أي علامات مرضية خاصة بالصوت.

إرشادات خاصة بالمدرسين والمدرسات الذين يعانون من مشكلة

في الصوت:

- استخدام الطباشير الطبي والأجهزة المكبرة في الدروس والمحاضرات.
- استخدام وسائل إيضاح بصرية أثناء المحاضرات.
- الاستماع فقط عند الشعور بتعب أو تغير في الصوت أثناء المحاضرات أو الجلسات الاجتماعية.
- تجنب الكلام في المواقف الانفعالية.
- تجنب الكلام بسرعة وبدون أخذ النفس الكافي.
- عدم كثرة الكلام عند التعرض لنزلة برد أو إرهاق.
- عدم تجاهل مشكلة تغير الصوت إذا استمرت أكثر من أسبوعين و المبادرة باستشارة الطبيب .

لذلك لا تتردد في زيارتنا واستشارتنا فنحن نرحب بك

نعم الله عز وجل على عباده كثيرة جداً لا تعد ولا تحصى. { قال تعالى وإن تعدوا نعمة الله لا تحصوها}. (إبراهيم:٣٤) وإحدى هذه النعم نعمة الصوت الذي يميز كل شخص عن الآخر. وقد عني ديننا الحنيف بالصوت كثيراً ففي قراءة القرآن والأذان نحتاج إلى تجميل وتحسين الصوت ما أمكن ذلك. لكي يتأثر السامع والقارئ ويقبل في خشوع .

ما هي بحة الصوت؟

هي أي تغيير في الصوت عن الصوت المعتاد لنفس الشخص. وقد يدل تغير الصوت على صحة الشخص أو مرضه بشكل عام.

ما هي شكوى مريض الصوت؟

ليس بالضرورة أن تكون شكوى مريض الصوت هي البحة الصوتية فالشكوى عديدة ويمكن أن تكون : بحة الصوت أو عدم القدرة على إصدار الصوت تماماً أو أعراض وهن الصوت وهي ألم بالحلق ، جفاف الحلق ، تكرار الحاجة إلى تطهير الحلق ، النحنحة المتكررة مع الإحساس بوجود جسم غريب بالحلق يحاول طرده أو تغير صوت الغناء فقط.

تنقسم أمراض الصوت إلى :

اضطرابات الصوت العضوية :

وهي تحدث إذا كان المرض بالتركيب الحنجري و تنتج عن عيوب خلقية ، أو التهابات أو حساسية أو أورام بالحنجرة أو قد تكون بسبب اضطرابات عصبية أو اضطرابات بالغدد الصماء .

اضطرابات الصوت الوظيفية (غير العضوية) :

وهي تلك الاضطرابات الصوتية التي لا يصاحبها تغيرات عضوية تركيبية بالشايات الصوتية. وإن كان يمكن أن تؤدي إلى تغيرات باثولوجية بسيطة على المدى الطويل.

ما هي العوامل التي قد تسبب اعتلال الصوت وظيفياً ؟

❖ أسباب شخصية :

- الاستخدام الخاطئ أو المكثف للصوت.
- رفع الصوت أثناء الكلام أو الصراخ بشدة.
- كثرة النحنحة والكحة الجافة.
- استخدام طبقات صوت غير مناسبة للشخص (كتقليد كل جنس للآخر) .
- التدخين الايجابي والسلبى وتزداد مخاطر التدخين كلما كان المكان ضيقاً وليس به تهوية كافية.

- الكلام في الأماكن التي يكثر فيها الضجيج والصخب.
- الإهمال في علاج التهابات الحنجرة يؤدي إلى بحة الصوت.

❖ أسباب في البيئة المحيطة :

- كثرة الغبار والأتربة و تلوث الجو بعادم السيارات ودخان المصانع والأسمدة الكيميائية .
- الحرارة والبرودة الشديدة والتنقل من جو إلى عكسه بشكل سريع.
- الجلوس والحديث في أماكن يكثر فيها المدخنين.
- زيادة الجفاف في الجو.
- وجود بعض أنواع الحيوانات أو النباتات في المنزل وخصوصاً التي تسبب الحساسية.

❖ الأكل والشرب :

- الأطعمة التي تسبب حموضة المعدة.
- الإفراط في تناول الشاي والقهوة.
- الدهون بشكل عام، وخصوصاً الدهون الحيوانية.
- تناول الأطعمة التي يكثر فيها البهارات والفلفل.
- الأكل بكثرة. وخصوصاً الأكل الثقيل والدسم قبل النوم مباشرة.
- الإكثار من تناول الحلويات وخصوصاً الشوكولاته.
- المشروبات شديدة البرودة أو شديدة الحرارة.
- المشروبات الكحولية.

تقييم و علاج مرضى الصوت:

يتم باستشارة طبيب و أخصائي التخاطب من خلال أخذ تاريخ مرضي مفصل للحالة للبحث عن الأعراض و الأسباب السالفة الذكر. ثم يتم تقييم صوت المريض لمعرفة درجة البحة و نوعها و إجراء التنظير الحنجري الذي يتيح رؤية الشايات الصوتية وحركتها و أي خلل بها. وبتحديد السبب تتمكن من بدء العلاج الذي يتضمن إرشادات لمرضى البحة الصوتية مع توضيح أهمية إتباع هذه الإرشادات. ويعتمد تأهيل مرضى الصوت على التأهيل الصوتي من خلال تدريبات لاستخدام التنفس البطيء أثناء الكلام و قد تحتاج بعض حالات البحة الصوتية العضوية إلى التدخل الجراحي .

