

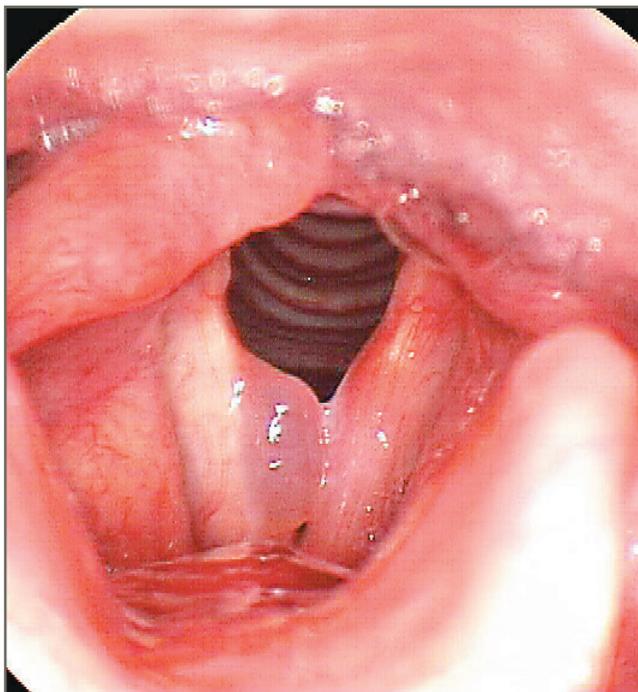


常見聲帶的疾病 聲帶痙攣及聲帶瘰肉

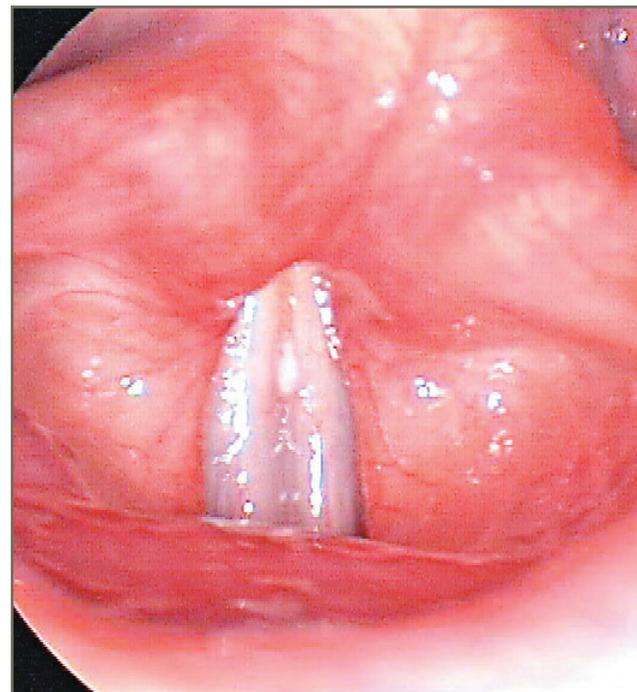
聲帶痙攣是指聲音沙啞或不能發聲說話，導致發言者說話時會感到吃力，而聆聽者亦無法明白對方的信息。據資料顯示，北美洲的聲帶痙攣患者大約有50萬人，而本港卻約有1,000人得病。由於這些患者說話吃力，甚至無法發音，所以形成生活上的障礙，甚至引發憂鬱症狀。目前，治療聲帶痙攣的方法以注射肉毒桿菌為主，但藥力只能維持3至4個月，故該病是無法完全根治。而另一個常見的聲帶問題是聲帶瘰肉，其病因與過度提高聲調說話、或唱歌時經常使用高音或濫用假聲有關，導致聲帶前段的三分之一部分拉緊，甚至閉合。此狀態持續數周後，聲帶瘰肉便會慢慢形成。



撰文：
香港大學李嘉誠醫學院
外科學系
外響臨床醫學助理教授
林建業醫生



聲帶瘰肉的發病原因是發聲時所造成的創傷，而瘰肉會出現於聲帶的邊緣位置。



聲帶痙攣發生時，聲帶便會收窄，患者發聲便會感到吃力。

聲帶痙攣以中年女性患者較多，聲帶痙攣成因不明，估計可能與大腦內負責協調肌肉運作的基底節區（Basal Ganglia）有關。當患者出現聲帶痙攣時，聲帶的肌肉出現局部性張力失調，所以運用聲帶肌肉時會過份用力。另外，患者亦會因聲帶神經肌肉長期痙攣性收縮，導致無法順利發聲，只能以緊迫、顫抖或中斷性的聲音說話。

任何年齡及種族皆均可患上聲帶痙攣，但一般以40至60歲的女性較多，當中有90%患者的聲音會有緊迫及擠壓的感覺，閱讀文字會很用力，情況猶如被人緊握喉部發聲一樣；部分患者亦可能出現說話無力的情況；另有部分患者的病情反覆，例如他們在唱歌、大笑或哭泣時，卻如正常人一樣，聲音沒有異樣，但說話時卻很用力。

注射肉毒桿菌可改善病況
本港不少醫生對聲帶痙攣缺乏深入了解，因而患者未能即時確診而延誤病情，故不少患者卻誤診為精神緊張，患者亦可能會因為說話困難而產生焦慮、憂鬱症等情緒，影響人際關係。此

外，聲帶痙攣也影響患者的正常工作及社交生活；對於在工作上需要經常說話及長期利用聲線的患者來說，影響更深。

較早前，香港大學李嘉誠醫學院外科學系發表的醫學研究文章指出，聲帶痙攣患者的聲音殘障性指數（VHI）平均達89分，以滿分120分來量度，即表示此病會嚴重影響患者的生活質素。

近廿年來，聲帶痙攣的治療方法主要是在聲帶肌肉注射肉毒桿菌。這樣便可阻斷神經的傳導，以舒緩痙攣的症狀，有效改善喉內肌肉痙攣。患者接受注射後，可減少音質緊張、發聲中斷等症狀，並可改善聲調的控制能力。

可是，注射肉毒桿菌的效力只能維持3至4個月，所以聲帶痙攣未有根治方法，需透過言語治療，令聲帶肌肉暫時放鬆而不再拉緊。

不良發聲方法可引致聲帶瘰肉
另一種聲帶疾病是聲帶瘰肉（vocal polyp），它是指發聲時所出現的創傷，其發病原因是患者有上呼吸道感染及一些不良嗜好（如抽煙、喝酒等），使聲帶的微血

管變得脆弱。

如果患者大聲喧嘩叫喊，可能使脆弱的微血管破裂，血液滲出而在聲帶黏膜下形成瘰肉，並影響聲帶的閉合功能及振動能力。

聲帶瘰肉與過度提高聲調說話、或唱歌時經常使用高音或濫用假聲有關，因這些發聲狀態會導致聲帶前段的三分之一部分拉緊，甚至閉合起來，但聲帶後段卻仍有空間，所以聲帶前段會出現磨損。

這情況若持續數周而沒有處理，聲帶瘰肉便會慢慢形成，出現聲音的改變。

然而，不良發聲的習慣都可導致聲帶瘰肉，如經常刻意壓低或抬高聲線，所以這些患者需要透過學習運用聲線方法，以改善病情，否則瘰肉即已切除，日後也有機會再長出來。因此，此病的高危人士包括：歌手、教師、唱片騎師、售貨員及酒樓侍應等。

治療方法需視乎瘰肉的體積而定；如果瘰肉的體積細小，可服用聲帶的消炎藥，配合言語治療，瘰肉便可能自行消失；若患者接受言語治療而情況未有改善，或瘰肉過大而引起聲音嘶啞、呼吸困難等症狀，醫生

便會建議患者進行顯微喉鏡瘰肉切除手術。

聲帶瘰肉的預防方法

要預防聲帶瘰肉，可在生活上作出調節，以減低發病機會。大叫大喊會令聲帶相連的喉部肌肉疲勞，所以適當的發聲方法最為重要。發聲時，要以腹腔呼吸，用一口氣把句子說完。說話時，口部與鼻腔的範圍要有共鳴震動，聲音自然會響亮，喉部也不易疲勞。

此外，經常咳痰、拼命咳嗽、把聲音壓低等不良習慣，都會使聲帶不正地震動，因而容易變厚，甚至瘰肉的出現。咳痰時，可以多喝和暖的開水，以幫助分泌物進入食道。

在娛樂場所或卡拉OK等地方內，環境較為嘈吵，所以說話自然要大聲而用力，可是經常如此可傷害聲帶，宜盡量避免長時間說話。

另外，不宜進食煎炸、辛辣、極甜或極鹹、太熱或太冷的食物，咖啡或濃茶等飲料都對聲帶不利。

此外，多喝開水可使喉部獲得滋潤，以保持咽喉的濕度，而不吸煙也是護聲方法之一。

香港匯聲基金簡介

香港匯聲基金於2007年3月成立，其使命是向專業用聲人士、聲線有問題者、無喉病患者、社會大眾及醫護人員宣傳有關聲線問題及保護聲線的知識；並進行調查、學術研究和教育工作，以及資助無喉病患者的復康治療。

創會委員會由一群對聲線醫學有濃厚興趣及深厚認識的專業人士組成，當中包括香港資深耳鼻喉專科醫生、言語治療師及科學家等。希望各界人士關注聲線問題及參與相關的研究，以推動香港聲線的醫學發展及注意聲線健康的重要性。

公開講座

講題一)：清新空氣與藍天，是近是遠？
講題二)：揭開思覺失調的面紗：
如何及早發現及治療？

香港大學李嘉誠醫學院為讓市民了解香港的醫學研究發展和學院成立120年來之卓越成就，將與香港公共圖書館合辦「育醫造才百二載：探索醫學世界」公開講座，以探索醫學的新領域，共同面對疾病的挑戰。12場公開講座將於每月假香港中央圖書館地下演講廳舉行。5月份的講座詳情如下：

日期：2007年5月5日（星期六）

時間：上午10時至中午12時

地點：香港中央圖書館地下演講廳

講者：

講題一) 賀達理教授（香港大學社會醫學系講座教授）
*以英語進行，粵語傳譯

講題二) 陳友凱醫生（香港大學精神醫學系副教授）

費用： 憑票免費入場，每人限取兩張，先到先得

報名方法：

登入 www.hku.hk/facmed/120years/registration.html 進行網上登記。成功登記人士可於講座開始前15分鐘，於香港中央圖書館地下演講廳領取入場券。