

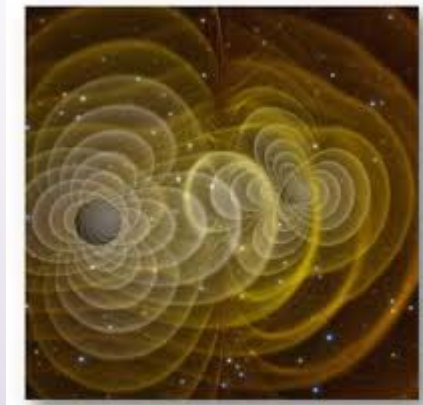


دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی شهید بهشتی

مرکز پزشکی، آموزشی و درمانی آیت الله طالقانی

پرسشها و پاسخهایی در ارتباط با

صوت و صوت درمانی



تهیه کننده: کلینیک تخصصی اختلالات گفتار و بلع

(گروه آسیب شناسی گفتار و زبان)

نوبت بازنگری: اول

تاریخ تصویب: ۹۱/۰۹/۱۳

شماره سند: PF-SH-03

اختلالات صوت

اختلالات صوت چیست؟

به غیر از خوانندگان و گویندگان حرفه ای هیچ یک از مردم به صدای خود توجه نمی کنند مگر هنگامی که صبح از خواب بیدار میشوند و متوجه میشوند که صدایشان به حدی گرفته است که نمیتوانند صحبت کنند .

در این لحظه است که متوجه میشوند صدا چه نقشی در ارتباطات انسانی دارد.

صدای شما باید به اندازه کافی بلند باشد بصورتی که در هر موقعیتی شنیده شود . باید باندازه کافی بلند باشد تا توجه شنونده را جلب کند . همچنین تولید صدا باید براحتی و بدون هیچ تقلایی صورت بگیرد.

صوت چگونه عمل میکند؟

حنجره محل اصلی مکانیزم تولید صدا است. مهمترین بخش این مکانیزم تارهای صوتی هستند در واقع تارهای صوتی دو ماهیچه هستند که به طور متناوب باز و بسته میشوند. در هنگام بازدم هوا از ششها به نای میرود و از بین تارهای صوتی عبور میکند. هنگامیکه میخواهیم صحبت کنیم ، در مسیر جریان هوا تارهای صوتی را بهم نزدیک میکنیم اینکار باعث میشود تارهای صوتی مانند سیمهای ویولن مرتعش شوند.

چه عواملی باعث اختلالات صوتی میشوند؟

مهمترین عامل اختلالات صوتی ، بیش از حد استفاده کردن و یا بد استفاده کردن از تارهای صوتی است که می تواند در اثر کشیدن سیگار، نوشیدن الکل، فریاد زدن، صاف کردن گلو، سرفه کردن و یا صحبت کردن با زیر و بمی نامناسب رخ دهد. این رفتارها می تواند منجر به التهاب و آسیب سطح تارهای صوتی شود. این آسیب ها منجر به تغییر ارتعاش، آسیب بافت و سرانجام ناهنجاریهای غیر سرطانی (مانند زگیل ، و پولیپ تار صوتی) میشوند.

اگر این رفتارها ادامه یابند نشانه ها بدتر میشوند به این علت است که بعضی معلمین در انتهای روز از صدای بد خود شکایت دارند و یا کودکان پس از چند ساعت بازی دچار گرفتگی صوت میشوند. با ملاحظات درمانی ، رفتارهای ناهنجار حذف می شوند.

در اثر آسیب منطقه خاصی از مغز و ماهیچه های خاص، اختلالات عصبی-عضلانی رخ می دهد. هنگامی که هماهنگی تنفس و ارتعاش تارهای صوتی بهم میخورد، توانایی تولید صوت بطور مشخصی تغییر پیدا می کند.

از جمله اختلالات عصبی - عضلانی میتوان بیماری پارکینسون و دیسفونی اسپاستیک را نام برد.

سرطان نقایص ساختاری در دهان، قفسه سینه یا بینی، عفونتها، تنگی نفس و بیماری ریفلاکس مری (برگشت اسید معده) از بیماریها و صدماتی هستند که ممکن است روی ساختارهای صوتی تأثیر بگذارند. اقدامات درمانی از قبیل جراحی، میبایستی در بیشتر موارد با اقدامات گفتار درمانی همراه باشد.

نشانه های یک اختلال صوتی چیست؟

رایج ترین نشانه های اختلال صوتی، گرفتگی صوتی یا **horsiness** است گرفتگی صوت زمانی ایجاد می شود که تارهای صوتی به طور هماهنگ مرتعش نمی شوند و یا به شکل کامل بسته نمی شوند. گرفتگی طولانی مدت صوت، باعث بروز ندول روی تارهای صوتی میشود و مانع از برخورد مناسب تارهای صوتی با یکدیگر می شود.

نشانه های دیگر اختلالات صوت شامل ناتوانی در بلند صحبت کردن، کیفیت یکنواخت صوت، صحبت کردن با فشار، زیر یا بم بودن نامناسب صدا، ناتوانی در تولید صداهای زیر (به ویژه در خواننده ها) نفس الودگی صوت، درد در ناحیه قفسه سینه، گوشها و

گلو و لرزش صوت می باشد.

باید به خاطر داشته باشید اگر گرفتگی صدای شما بیش از دو هفته باشد جهت معاینه به یک پزشک گوش و حلق و بینی مراجعه نمائید.

صوت درمانی چه تأثیری دارد؟

اولین اقدام، بازگردان صوت به سطح عملکرد قبلی اش می باشد این عمل در صورتی امکان پذیر است که اختلال بیش از حد کارکردن تارهای صوتی باشد.

در موارد اختلالات عصبی - عضلانی برگشت به سطح عملکرد قبلی امکان پذیر نیست، در چنین مواردی درمان به بیمار کمک خواهد کرد که شیوه هایی را برای بهبود کیفیت صوتش یاد بگیرد و وقفه های ارتباطی خود را کاهش دهد.

چه نوع درمانی انجام میگیرد؟

ابتدا، درمانگر شما با پزشکتان مشورت خواهد کرد تا مطمئن شود درمان شما با اقدامات درمانی او هماهنگ است.

متخصص به شما کمک خواهد کرد که برنامه روزمره خود را مورد بررسی قرار دهید و رفتارهایی را پیدا کنید که ممکن است در بروز اختلال صوتی شما نقش داشته باشد و یا مؤثر باشد.

به منظور درمان صدایتان حنجره شما باید به طور مدام کنترل شود و شما باید یاد بگیرید که نفستان را با گفتار هماهنگ کنید. شما یاد خواهید گرفت که عضلات حنجره (گردن) را در وضعیت راحتی قرار دهید و مطمئن باشید که خیلی راحت و سریع یاد خواهید گرفت.

صوت درمانی چه مدت طول خواهد کشید؟

در اکثر موارد بیماران در ۱۲ - ۶ جلسه درمان شرکت میکنند که هفته ای دو بار تشکیل میشود.

اکثر قریب به اتفاق اختلالات صوتی در طول این مدت درمان میشوند. البته درمان هر بیمار با دیگری متفاوت است و نتایج درمان تا حد زیادی وابسته به میزان انگیزه بیمار برای بهبود صوت خود میباشد.