التهابات الحنجرة

Laryngitis

ما هي التهابات الحنجرة؟
ما هي أسباب التهابات الحنجرة؟
ما هي أعراض التهابات الحنجرة؟
ما هي مضاعفات التهابات الحنجرة؟
كيف يتم تشخيص التهابات الحنجرة؟
كيف يمكن الوقاية من التهابات الحنجرة؟
ما هو علاج التهابات الحنجرة؟

التهابات الحنجرة:

هي التهابات تحدث في الحنجرة (صندوق الصوت) يمكن أن يسبب بحة في الصوت أو فقدان الصوت. يمكن أن يكون سببه عدوى فيروسية أو بكتيرية، أو الإفراط في استخدام الصوت، أو التعرض لمهيجات مثل الدخان أو التلوث. في معظم الحالات، يكون التهاب الحنجرة محدوداً ذاتيًا وسيحل من تلقاء نفسه.

أسباب التهابات الحنجرة:

يحدث التهاب الحنجرة عادة بسبب عدوى أو تهيج في الحنجرة.
تشمل الأسباب الأكثر شيوعًا ما يلي:
الالتهابات الفيروسية: يمكن أن تسبب نزلات البرد والأنفلونزا والالتهابات الفيروسية الأخرى التهابًا وتورمًا في الحنجرة، مما يؤدي إلى التهاب الحنجرة.
الالتهابات البكتيرية: يمكن أن تسبب العدوى البكتيرية، مثل التهاب الحلق، التهاب الحنجرة.
الإفراط في استخدام الصوت: قد يصاب المطربون والممثلون وغيرهم من المتخصصين الذين يستخدمون أصواتهم بشكل متكرر بالتهاب الحنجرة من الإفراط في الاستخدام أو الإجهاد.
مرض الارتجاع المعدي المريئي (GERD): يمكن أن يرتد حمض المعدة إلى الحنجرة ويسبب تهيجًا.
المهيجات البيئية: التعرض للدخان والتلوث والمهيجات الأخرى يمكن أن يسبب التهاب الحنجرة.
الحساسية: يمكن أن تسبب الحساسية الموسمية التهاب الحنجرة.
حالات طبية معينة: يمكن أن يسبب التهاب الحنجرة سرطان الحنجرة، والسلائل الحنجرية، والأورام الحبيبية الحنجرية، والأورام الحليمية الحنجرية.

أعراض التهابات الحنجرة:

قد تكون الأعراض خفيفة أو شديدة ويمكن أن تستمر من بضعة أيام إلى بضعة أسابيع. في بعض الحالات، يمكن أن يصبح التهاب الحنجرة مزمنًا.

تشمل الأعراض الأكثر شيوعًا لالتهاب الحنجرة ما يلي:

- بحة في الصوت أو فقدان الصوت.
- التهاب الحلق.
- شعور جاف أو مؤلم في الحلق.
- صوت ضعيف أو صوت أنفاس.
- صعوبة في الكلام أو صعوبة في عرض الصوت.
- ألم أو انزعاج عند التحدث أو البلع.
- شعور بضيق في الحلق.
- السعال.
- إعياء شديد.
- تورم في الرقبة.
- صعوبات في التنفس.

مضاعفات التهابات الحنجرة:

عادة ما يكون التهاب الحنجرة حالة سريعة الشفاء ونادرًا ما تحدث مضاعفات، ولكن في بعض الحالات، يمكن أن تحدث مضاعفات.

تتضمن بعض المضاعفات المحتملة لالتهاب الحنجرة ما يلي:

- مشاكل الصوت: يمكن أن يسبب التهاب الحنجرة مشاكل طويلة الأمد في الصوت، مثل بحة في الصوت أو تغير في نبرة الصوت.
- إجهاد الحبال الصوتية: يمكن أن يسبب التهاب الحنجرة المزمن إجهادًا للأحبال الصوتية، مما يؤدي إلى حدوث عقيدات أو سلائل أو أكياس على الحبال الصوتية.
- انسداد مجرى الهواء: في بعض الحالات، يمكن أن يسبب التهاب الحنجرة تورمًا شديدًا في الحنجرة، مما قد يعيق مجرى الهواء ويجعل التنفس صعبًا.
- الالتهاب الرئوي: إذا كان الشخص المصاب بالتهاب الحنجرة مصابًا أيضًا بعدوى في الصدر، فقد تنتشر العدوى إلى الرئتين وتسبب الالتهاب الرئوي.
- سرطان الحنجرة: سرطان الحنجرة نادر الحدوث ولكن بحة الصوت المستمرة يمكن أن تكون أحد أعراض سرطان الحنجرة.

تشخيص التهابات الحنجرة:

عادةً ما يتم تشخيص التهاب الحنجرة بناءً على أعراض الشخص والفحص البدني.
قد يقوم الطبيب المختص بالخطوات التالية لتشخيص التهاب الحنجرة:
التاريخ الطبي: سيسألك الطبيب المختص عن أعراضك، وأي أمراض حديثة، وأي حالات صحية أخرى لديك.
الفحص البدني: سيقوم الطبيب المختص بفحص الحلق والرقبة والحنجرة بحثًا عن علامات الالتهاب أو التورم. قد يستخدمون أيضًا أداة مضاءة تسمى منظار الحنجرة لفحص الحنجرة عن كثب.
الاختبارات المعملية: يمكن إجراء مزرعة للحلق أو اختبار سريع للبكتيريا لتحديد ما إذا كانت العدوى البكتيرية موجودة.
التصوير: يمكن إجراء التصوير المقطعي المحوسب أو التصوير بالرنين المغناطيسي إذا اشتبه الطبيب في حالة أكثر خطورة، مثل ورم .
تقييم الصوت: قد يقوم الأخصائي الطبي بتقييم جودة صوتك وطريقة استخدامك لصوتك، لتحديد ما إذا كان هناك أي ضرر أو إجهاد على الحبال الصوتية.

الوقاية من التهابات الحنجرة:

قد يتضمن منع التهاب الحنجرة اتخاذ خطوات لتجنب الأسباب الكامنة وراء الحالة.
تتضمن بعض طرق الوقاية من التهاب الحنجرة ما يلي:

- غسل اليدين بشكل متكرر: يمكن أن يساعد ذلك في منع انتشار نزلات البرد والالتهابات الفيروسية الأخرى.
- تجنب الاتصال الوثيق مع المرضى: يمكن أن يساعد ذلك في تقليل خطر الإصابة بعدوى فيروسية.
- الابتعاد عن المهيجات: تجنب التدخين والتعرض للتلوث والغبار والمهيجات الأخرى.
- اتباع نظام غذائي صحي: يمكن أن يساعد تناول نظام غذائي غني بالفواكه والخضروات على تعزيز جهاز المناعة وتقليل خطر الإصابة بالعدوى.
- الاستخدام السليم للصوت: تحدث بصوت معتدل وتجنب الصراخ أو الغناء لفترات طويلة من الزمن.
- السيطرة على ارتداد الحمض: إذا كنت تعاني من ارتداد الحمض، فإن إدارته من خلال تغييرات نمط الحياة والأدوية يمكن أن تساعد في منع التهاب الحنجرة.
- الحصول على لقاح الإنفلونزا السنوي: يمكن أن يساعد في الوقاية من الأنفلونزا التي يمكن أن تؤدي إلى التهاب الحنجرة.

علاج التهابات الحنجرة:

يعتمد علاج التهاب الحنجرة على السبب الكامن وراء الحالة.
تشمل بعض خيارات العلاج الشائعة ما يلي:

- إراحة صوتك: إذا كنت مصابًا بالتهاب الحنجرة، فمن المهم إراحة صوتك قدر الإمكان للسماح للحنجرة بالشفاء.
- الترطيب: شرب الكثير من الماء والسوائل الأخرى يمكن أن يساعد في الحفاظ على الأحبال الصوتية رطبة ومنع المزيد من التهيج.
- تجنب المهيجات: تجنب التدخين، والتعرض للتلوث والمهيجات الأخرى، والحد من استهلاك الكحول.
- الأدوية: يمكن أن تساعد مسكنات الألم التي لا تستلزم وصفة طبية، مثل الأيبوبروفين أو الباراسيتامول، في تقليل الألم والالتهاب.
- المضادات الحيوية: إذا كانت العدوى البكتيرية هي سبب التهاب الحنجرة، فيمكن وصف المضادات الحيوية.
- الستيرويدات: يمكن وصف دورة قصيرة من الستيرويدات عن طريق الفم إذا كان التهاب الحنجرة ناتجًا عن التهاب.
- مرض الارتجاع المعدي المريئي (GERD): إذا تسبب ارتداد الحمض في التهاب الحنجرة، فيمكن وصف دواء لتقليل حمض المعدة.
- علاج النطق: في بعض الحالات، قد يكون معالج النطق قادرًا على مساعدتك في تعلم كيفية استخدام صوتك بطريقة لا ترهق أحبالك الصوتية.
- الجراحة: في حالات نادرة، قد تكون الجراحة ضرورية لإزالة ورم أو سليلة من الحنجرة.

متى يستدعي الأمر زيارة الطبيب :-

وجود سعال مصحوب بدم
صوت مرتفع (صرير) أثناء التنفس
صعوبة في التنفس
أستمرار الحمى والألم المتزايد .

اعتماد: مركز صحة العين