

Q2 どのような検査をするのですか？

声帯ポリープができやすい人は？

- **よく声を使う職業の人**
- 教師、歌手、声優、アナウンサー、政治家など。声帯のベンだこといわれる声帯結節も起こりやすい。

喫煙や
大量飲酒の習慣のある人

タバコや多量の飲酒は声帯に負担をかけるため、声帯ポリープができやすくなる。さらに、喉頭がんの発症には喫煙や飲酒が影響しているので、要注意。

そのほか

- スポーツ観戦などで大声を出したり、カラオケなどで長時間歌い続けることで声帯に炎症が起き、声帯ポリープができる場合がある。



声帯ポリープなどの声帯の異常が疑われる場合、主に次のような検査が行われます。

▼内視鏡検査

- ・喉頭ファイバースコープ

直径3ミリ程度の細いカメラを鼻から挿入し、声帯および周辺の形や色、腫瘍などを観察する検査です。

・喉頭ストロボスコープ

高速で点滅する光を声帯に当て、発声時に振動している声帯の様子を見ることができ、検査です。声帯が正しく動いているか、左右が同じ動きをしているか

かなどを調べます。ただし、設置している耳鼻咽喉科は多くないので、事前に調べておきましょう。

▼病理検査

検査で異常が見つかった場合は病変の組織を採取し、顕微鏡で調べます。病理検査を経て、初めて治療方針を立てることができます。

喉頭がんの半数以上を占める声門がん（声帯にできるがん）では、早期から声がれが現れます。気になる症状があるときは早めに受診しましょう。

A 喉頭ファイバースコープなどで
声帯の状態を観察します

Q3 声帯ポリープの治療法を教えてください。

声の健康を守るには

- 1 **声帯に負担をかけない**
長時間話し続ける、大声を出す、ささやくなどの声の出し方は声帯に負担をかけます。ゆっくりと低めの声で話す、と、左右の声帯のぶつかる頻度が少なくなります。
- 2 **保湿する**
声帯がうるおうことで、左右の声帯がぶつかり合うときの衝撃がやわらぎます。吸入器や加湿器を活用しましょう。
- 3 **鼻呼吸をする**
空気は鼻を通るときに適度な湿度・温度になるので、口呼吸の人は直しましょう。
- 4 **禁煙、節酒**
タバコやアルコールで声帯を刺激するのはやめましょう。
- 5 **胃酸の逆流を防ぐ**
逆流した胃酸で声帯が炎症を起こします。甘いものや脂っこいものなどをとりすぎないようにしましょう。

治療には、手術以外の方法と手術があります。

▼手術以外の方法

- ・沈黙療法…声を出さないようにして、声帯を休ませます。
- ・薬物療法…消炎薬の服用や吸入で、声帯の炎症を抑えます。
- ・声の衛生指導…言語聴覚士から指導を受け、声帯に負担をかけない発声法を身につけます。

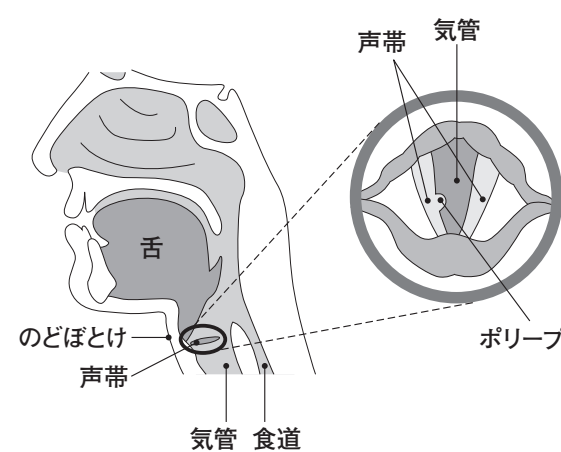
▼手術

手術以外の方法を1〜2カ月続けても改善しない場合には、手術が検討されます。呼吸の妨げになるほどの大きなポリープがある場合や喉頭がんが疑われる場合などには、早めに手術を行います。

声帯ポリープの手術は「喉頭顕微鏡下手術」が基本です。全身麻酔をして口から手術器具を入れ、声帯を顕微鏡で拡大してポリープを切除します。持病などにより全身麻酔ができない場合には局所麻酔をし、喉頭ファイバースコープ下で切除します。どちらの方法でも、術後3日〜1週間程度の沈黙療法が必要となります。

**A 沈黙も治療法の1つ
ポリープが大きい場合は手術**

声帯の位置とポリープ



声帯は左右1対となった細長い筋肉で、発声時には1秒間に男性で100回、女性で200～300回ほど振動します。

声帯は、気管の入り口にあります。左右の声帯が閉じることのできる構造になっており、息を吸うときには声帯が開きます。声を出すときは声帯が閉じ、左右の声帯の間を空気が通過することで声帯が細かく振動し、声になります。

声帯に炎症が起きると粘膜の血管が破れて内出血し、血腫（血豆）ができます。これがさらに悪化すると、ポリープになるといわれています。ポリープができると左右の声帯がしっかり閉じなくなるため、声帯の振動が不規則になります。声がれ以外にも、声がひっくり返る、声が続かない、声がいつもと違うなどの症状が現れる場合もあります。

声帯ポリープ以外の原因としては、風邪やのどの使いすぎなどによる炎症、加齢による声帯の萎縮、声帯結節、逆流性食道炎、喉頭がん、食道がん、甲状腺がん、肺がん、脳梗塞、胸部大動脈瘤などがあります。声がれが重大な病気のサインとして現れることもあるため、声がれが10日以上続く場合は、耳鼻咽喉科の受診をおすすめします。

A 声帯の炎症や加齢による萎縮
ポリープなどが原因に

Q1 声がれはなぜ起こるのですか？

教えて
ドクター！



知っておきたい
健康相談室

重大な病気の可能性も!?

声がれ

カラオケで歌いすぎた、運動会の応援で大きな声を出した、風邪をひいたなどの場合に声がかすれたり、ガラガラになったりするのはよくあることです。通常、2～3日もすれば改善しますが、長引く場合は声帯ポリープの可能性があります。また、声がれには重大な病気が隠れている場合もありますので、放置しないことが大切です。



監修 仁保達夫

にほ・たつお
大船耳鼻咽喉科クリニック院長
札幌医科大学医学部卒業。横浜市の大学病院とその
関連病院などでの20年間の経験を地域医療に生かす
ために、2020年2月クリニックを開業。幅広い世代の患
者さんが気軽に相談できるクリニックを志し、日々診療
を行っている。資格は日本耳鼻咽喉科学会認定耳鼻咽
喉科専門医・指導医など。