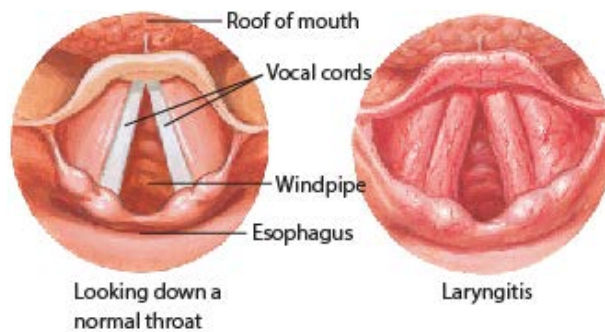


กล่องเสียงอักเสบคือการอักเสบบวม แดงของสายเสียง ที่ส่งผลให้เสียงแหบ สายเสียงเป็นเยื่อเมือกในกล่องเสียง เมื่อสายเสียงมีอาการบวมทำให้เสียงที่เกิดจากอากาศ ผ่านสายไฟจะปิดเพิ่มขึ้นไป ดังนั้นเสียงแหบแห้ง โรคกล่องเสียงอักเสบมักจะหายไปภายใน 2 ถึง 3 สัปดาห์ แต่เมื่อเป็นมานานขึ้นการเจ็บป่วยจะเรื้อรังหรือยาวนาน โรคกล่องเสียงอักเสบเรื้อรังอาจใช้เวลานานกว่านั้นมากที่จะหายไประยะอยู่กับสาเหตุ



## สาเหตุ

ส่วนใหญ่มักเป็นหวัด ไข้หวัด หรือใช้เสียงมากเกินไป (ร้องเพลง หรือตะโกน) ทำให้กล่องเสียงอักเสบ แต่การติดเชื้อไวรัสหรือแบคทีเรีย ก็เกิดได้เช่นกัน สาเหตุของกล่องเสียงอักเสบเรื้อรัง ได้แก่ โรคภูมิแพ้ ไซนัสอักเสบเรื้อรัง (การติดเชื้อไซนัส) การสูบบุหรี่ แอลกอฮอล์ และการหายใจเอาสารเคมีที่ระคายเคืองเข้าไป อาการพบได้น้อย เช่น แสบร้อนกลางอก หรือเจ็บที่สายเสียงเป็นสาเหตุ



## อาการ

อาการหลักคือเสียงแหบต่ำแหบแห้งหรือเสียงหาย และอื่น ๆ ได้แก่ ไอแห้งๆ เกาคอ คัดจมูกหรือรู้สึกว่ามีก้อนในลำคอ

## วินิจฉัย

แพทย์จะทำการตรวจร่างกาย (หัวและคอ) และอาจเพาะเชื้อที่คอหรือการตรวจเลือด สำหรับกล่องเสียงอักเสบเรื้อรัง อาจทำการทดสอบที่เรียกว่า laryngoscopy ในการทดสอบนี้แพทย์จะตรวจคอผ่านกระจกหรือท่อดูด้วย



## การรักษา

สำหรับความรู้สึกไม่สบายเล็กน้อย สามารถใช้ยาที่ไม่ใช่แอสไพริน เช่น อะเซตอะมิโนเฟน ยาแก้ไอและยาอมช่วยได้เช่นกันพักเสียงด้วยการพูด

เสียงเบาหรือขียนแทนการพูดคุยเป็นสิ่งที่ดี หากมีการติดเชื้อแบคทีเรียทำให้เกิดกล่องเสียงอักเสบ แพทย์สั่งจ่ายยาปฏิชีวนะ ควรรับประทานยานี้จนกว่าจะหมด ไม่จำเป็นต้องรับประทานอาหารพิเศษ แต่อาหารเหลวอาจลวกง่ายกว่า ไม่จำเป็นต้องจำกัดกิจกรรม หากยังโตขึ้นแพทย์จำเป็นต้องออก



## ควรไม่ควร

- ✓ ใช้เครื่องทำความชื้นหรือหายใจเอาไออุ่นเข้าไป
- ✓ ดื่มน้ำมากขึ้น ของเหลวอุ่น เช่น เนื้อไก่ ซุปจะดีที่สุด
- ✓ พบแพทย์หากคุณมีไข้สูงหรือมีปัญหาในการหายใจ
- ✓ พบแพทย์หากอาการของคุณยังคงอยู่นานกว่า 2 สัปดาห์
- ✗ อย่าใช้ยาลดน้ำมูก
- ✗ อย่าดื่มแอลกอฮอล์ กาแฟ หรือชา
- ✗ อย่าสูบบุหรี่หรือหายใจเอาควันบุหรี่เข้าไป สูบบุหรี่อาจทำให้เกิดกล่องเสียงอักเสบแย่งได้
- ✗ อย่าใช้เสียงของคุณเว้นแต่คุณจะต้องทำจริง ๆ
- ✗ อย่าข้ามขนาดยาหรือหยุดรับประทานยาปฏิชีวนะตามใบสั่งแพทย์ แม้ว่าความรู้สึกดีขึ้นแล้วก็ตาม คุณต้องใช้ยาทั้งหมดให้เสร็จสิ้นเพื่อให้ทำงานได้ดี

