



# ありがちですがご用心

## —声がかすれる—

企画：  
日本医師会

No. 298

指導：国際医療福祉大学東京ボイスセンター 所長 福田 宏之

### 声が出るのは複雑な仕組みから

声はのどの奥にある声門で作られます。門のように左右両側に声帯があるため声門といわれています。息を吸うときに声門が開き、声を出すときや食べ物を飲み込むときには閉じられる仕組みです。

肺から出された呼気が声門の隙間を通るときに声帯が振動して、複雑な過程を経て声となります。声帯の振動は日常会話のときで、男性が毎秒100回、女性が250回、ソプラノ歌手では1000回以上といわれ、それだけに、ちょっとしたことで声がかすれることがあります。

### ふだんは日常のケアで

コミュニケーションの手段として大切な声は、少しの変化でも気になります。声がかすれる主な原因は下表の通りですが、いずれも声帯が関係しています。

大声で応援した後や、かぜなどで声がかれたり、喫煙、飲酒などの生活習慣が原因のこともよくあります。よく声を出す教師や俳優、アナウンサー、場内整理などの職業による場合もあります。日頃のケアでいたわるようにすれば、声がれともうまく付き合っていけます。



### 老化や重大な病気のこと

かすれ声が1週間以上も治らなかったり、喫煙者で声がかすれる場合は、声帯ポリープや喉頭がんのこともあります。

また老化で声帯がやせて声門に隙間ができると、声がかすれることがあります、同時に異物が気管や肺に入ってしまう危険性もあります。

かすれ声が長く続いたり、高齢者で声のかすれが進んでむせるようになったり、声が出にくくなったりしたら、かかりつけの医師を受診しましょう。

#### 声のかすれの主な原因と関係する病気

声帯に炎症がある	➡	かぜ、声の使いすぎなど
声帯に何かできている	➡	声帯ポリープ、声帯結節、ポリープ様声帯など
声帯に腫瘍がある	➡	喉頭乳頭腫、喉頭がんなど
声門が閉じない	➡	反回神経麻痺、老化による声帯萎縮など

◆待合室等に掲示し、患者さんにお見せください。