

搶救失聲、揮別菸酒噪 「三少一多」要注意

發佈日期：112/12/13



選戰團隊要角「失聲」險憂鬱 聲帶雷射治療重拾美聲

選戰如火如荼，日前一名選舉團隊人員因造勢、演講等選舉行程滿檔，僅靠大量喉糖以及咖啡提神，長期聲嘶力竭與睡眠不足，數周前發現聲音品質逐漸下降，喉嚨頻頻出現「卡卡」的感覺，尤其氣音狀況越來越明顯，嚴重時甚至連聲音都無法發出，導致諸多造勢行程被迫暫停，接連失「聲」窘境，心情大受打擊，甚至出現憂鬱症狀。

賴盈達醫師於門診透過喉閃頻內視鏡檢查，發現聲帶出血息肉狀況，評估後安排以聲帶精準雷射進行治療，數周後聲帶整體與發音狀況恢復良好，解決失聲困擾後，也得以重回加入選戰。賴盈達醫師表示，聲帶的構造相當精密及複雜，其表面是一層薄薄的上皮細胞，下方則是有著非常鬆軟且富含水分的結締組織，這是振動及發聲最主要的部位，因此所有的治療及手術都需要仔細的處理，避免破壞聲帶黏膜。

「靠聲音吃飯」專業人士注意 全台 80 萬人恐有聲帶長繭危機

值得注意的是，除演藝人員、教職、客服人員及服務業從業人員，隨著科技的發展，高密度使用聲音及對聲音專業需求之族群明顯增加，像是近來興起的網紅、KOL 及播客（Podcaster）等，賴盈達醫師指出，這群人得特別留意自身嗓音狀況，另外，根據雙和醫院耳鼻喉科團隊研究，在台灣聲帶的良性疾病，如聲帶息肉、聲帶囊腫等，盛行率約 3.6%，換算下來，約 80 萬人的聲帶可能有潛在問題，這些人也得小心，當有異狀發生時，千萬別忽略不管。

頻繁用聲族群 「三少一多」聲帶保養需注意

事實上，頻繁用聲族群，日常聲帶照護絕對不可輕忽。賴盈達醫師呼籲，民眾可依「三少一多」原則來進行聲帶保養，分別是少刺激物，如菸、酒及辛辣物等，減少大音量及噪音環境，避免過長講話時間與多喝水，若有超過兩週以上的嗓音沙啞或喉嚨不適狀況，建議盡速前往耳鼻喉科就診尋求專業醫療人員協助。

西洋天后 Adele 曾「燒聲」 聲帶精準雷射治療協助恢復嗓音

而聲帶除日常保養外，也可透過聲帶精準雷射來進行治療，在過去，該手術適用於專業聲音使用人員，在歐美地區相當盛行，如西洋天后 Adele 數年前因頻繁演唱、過度勞累，在 2011 年檢查發現聲帶出血及息肉，因此取消演出。接受聲帶雷射及顯微手術後，重拾動人嗓音及精湛演出。

台美國際合作持續布局新技術發展

賴盈達醫師表示，隨著科技進步，聲帶精準雷射手術亦持續精進，目前已出現新型的藍光雷射技術，並於今年三月取得衛生福利部許可，而新型藍光雷射能精準作用在目標血管性病灶、減少周邊組織傷害、恢復期較短。雙和醫院耳鼻喉科團隊也積極布局該領域，攜手臺北醫學大學奈米醫學工程研究所陳奕平教授團隊，以及由 Seth H. Dailey 教授所帶領的美國威斯康辛大學麥迪遜分校喉科研究團隊共同合作。

賴盈達醫師指出，台美國際合作主要是針對新型藍光雷射手術，利用胚胎蛋模擬聲帶狀況進行一系列實驗。實驗結果發現，新型藍光雷射能夠有更精確的治療效果及降低周圍組織傷害，該研究成果也將於本周台灣耳鼻喉科醫學會國際年會上深入說明，也預計在明年美國喉科醫學會與世界各國專家交流。

聲音沙啞、耳鼻喉疾病不要拖 搭配聲帶精準雷射治療恢復效果佳

聲帶精準雷射治療，需經醫師專業評估病人的聲帶狀況，尤其對於血管性病灶，如聲帶出血、聲帶出血性息肉、聲帶發炎等。可在局部麻醉或是全身麻醉下施行治療。使用的光纖極細且是軟式，能夠精準作用於治療之部位，且不會影響到周圍正常的聲帶組織。同時，能視病灶範圍及大小進行能量的微調，使

治療更細膩。而新型藍光雷射，不僅在聲帶，針對耳鼻喉血管豐富病灶，近來研究發現，也有不錯療效，是耳鼻喉科期待的治療新利器！