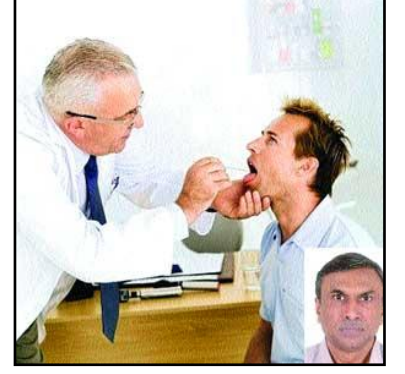


અવાજનું ઘોઘરાપણું દૂર કરવા શું કરશો?

હેલ્થ ઇઝ વેલ્થ - ડો. અજય શાહ

અવાજ વ્યક્તિની ઓળખ છે. ઘણી વાર લોકો અવાજ સાંભળીને વ્યક્તિને ઓળખી જતા હોય છે. આ અવાજ ગળામાંથી આવતો હોય છે. જે ગળામાં કોઈ સમસ્યા થાય તો તેની સીધી અસર આપણા અવાજ પર પણ પડે છે. સામાન્ય રીતે બહુ બોલવાથી, ઘાંટા પાડવાથી, બહુ રડવાથી કે શરદી-ઉઘરસને કારણે અવાજ બદલાય છે અથવા ઘોઘરો થાય છે. જે કુદરતી રીતે જ થોડા સમયમાં હીક થઈ જાય છે, પરંતુ ઘણી વાર બહુ સમય વીતે અને દવા લઈએ તોપણ અવાજમાં ઘોઘરાપણું બેસતું નથી. જે સતત ૧૫ દિવસ સુધી આ જ સ્થિતિ રહે તો અવાજના ઘોઘરાપણાનો રોગ હોઈ શકે છે. આ રોગના ઇલાજ માટે સત્વરે ડોક્ટર પાસે જવું જોઈએ, નહીંતર કેટલાક સંજોગોમાં કાયમી અવાજ ગુમાવવાનો સમય આવે છે.



લક્ષણો

- * અવાજ બદલાઈ જવો.
- * થોડા થોડા સમયે ગળામાં દુખાવો થવો.
- * ખાવા-પીવામાં તકલીફ થવી. પાણી કે ખાવાનો કોળિયો ગળામાં ઉતારતી વખતે દુખાવો થવો.
- * શ્વાસ લેવામાં તકલીફ થવી.

કારણો

- * લાંબાગાળાની શરદી અને ઉઘરસ.
- * ટીબી થવાને કારણે.
- * સ્વરતંતુ પર મસા થવા.
- * સ્વરતંતુનો લકવો.
- * સ્વરપેટીનું કેન્સર.
- * હાઈપોથાઈરોડીઝમને કારણે.
- * વાઇરલ ઇન્ફેક્શન.

* વધારે પડતું બોલવું કે ઘાંટા પાડવા.

* વ્યાવસાયિક કારણો : જેમકે, શિક્ષક, ગાયક, હેરિયા વગેરે.

* વધારે ઘૂમ્મપાન કરવું.

❖ નિદાન

દર્દીનાં લક્ષણો તથા ગળામાં અરીસો મૂકીને ખેતાં ઈએનટી સર્જર્ચન મોટે ભાગે સચોટ નિદાન કરી શકે છે. પણ ઘણી વાર ચોકસાઈથી નિદાન કરવા ગળામાં દૂરબીન (Laryngoscopy) અથવા એકદમ આધુનિક અને બિલકુલ તકલીફ વગર સચોટ નિદાન કરવા Flexible Laryngoscopy ની મદદ લેવામાં આવે છે. તેમા દર્દીએ બેભાન કર્યા વગર ગળાની ચામડી દવાથી બહેરી કરીને સચોટ નિદાન કરી શકાય છે.

વળી stroboscopy જેવા અત્યાધુનિક સાધનથી સ્વરતંતુનું હલનચલન તેની વેવ પેટર્ન વગેરે જાણી શકાય છે. જે ગાયક તથા પ્રોફેશનલ વોઈસ યુઝર્સ વગેરેના અવાજ તથા ગળા માટે ઘણી જ માહિતી આપી શકે છે.

❖ ઈલાજ

સ્વરતંતુ એ સ્નાયુ છે. આપણી તાકાત કરતાં વધારે ચાલવાથી જેમ થાક લાગે છે અને આરામ કરવાથી એ થાક ઊતરી જાય છે તે જ રીતે સામાન્ય સંજોગોમાં બોલવાનું ઓછું કરી દેવામાં આવે તથા ગાળાનું ઘાંટા પાડવાનું બંધ કરી દેવાથી મોટે ભાગે અવાજ સામાન્ય થઈ જાય છે , પરંતુ જે સ્વરતંતુમાં મસા, દાણા વગેરે હોય તો તેને માટે microLaryngeal અથવા Phonomicro Surgery કહે છે તે કરવામાં આવે છે. સ્વરપેટીમાં ચામડીનો વિકાર તથા કેન્સર જેવી ગાંઠ કે ચાંદું હોય તો તેને કાઢીને biopsy કરવામાં આવે છે અને તેના રિપોર્ટ પ્રમાણે યોગ્ય ઈલાજ કરવામાં આવે છે.

સ્વરતંતુની કોઈ સમસ્યાને કારણે અવાજ ઘોઘરો થઈ ગયો હોય તો પણ આધુનિક Thyroplasty ટેકનિકથી સર્જરી કરવાથી અવાજ ઘણો જ સુધરી શકે છે.

આશરે ચાલીસ વર્ષની ઉંમર પછી જે અવાજ બે-ત્રણ અઠવાડિયાં સુધી બેસેલો રહે તો તાત્કાલિક તપાસ કરાવી લેવી જોઈએ. શરૂઆતના સ્ટેજમાં થયેલ સ્વરપેટીનું કેન્સર લેસર સર્જરીથી સંપૂર્ણપણે મટી શકે છે. તેમાં સ્વરપેટી કાઢી લેવાની કે ગળામાં શ્વાસ લેવા માટે કાયમી કાણું કરવાની પણ જરૂર પડતી નથી અને અવાજની ગુણવત્તા પણ ઘણી સારી રહે છે.

❖ આધુનિક ઈલાજ પદ્ધતિ

સ્વરપેટીની ઘણી બધી સર્જરી હવે લેસર દ્વારા પણ કરવામાં આવે છે. સ્વરપેટીમાં શરૂઆતના સ્ટેજનું કેન્સર હોય તો લેસર વડે સર્જરી કરીને તેને કાઢી નાંખવામાં આવે છે. જેને કારણે પરંપરાગત

સર્જરીમાં સ્વરપેટી કાઢી લેવામાં આવે છે અને ગળામાં શ્વાસ લેવા માટે કાણું કરવામાં આવે છે તેનાથી બચી શકાય છે. પરંપરાગત સર્જરી કરીને સ્વરપેટી કાઢી નાખવામાં આવે તો વ્યક્તિ બોલવાની શક્તિ ગુમાવી દે છે. તેસર સર્જરીને કારણે એ અવાજ પણ બચી જાય છે.