



dr n. med. **Joanna Jackowska**

lekarz laryngolog

doktor nauk medycznych w zakresie audiologii i foniatry

adiunkt w Klinice Otolaryngologii i Onkologii Laryngologicznej  
w Szpitalu Klinicznym UM w Poznaniu

# Chrypka i choroby krtani

**Chrypka, która trwa dłużej niż dwa tygodnie, to niepokojący objaw. Wówczas warto już zwrócić się do lekarza laryngologa lub foniatry, aby dokładnie zdiagnozować jej przyczynę. Dokładnej diagnostyki wymaga także uczucie trudności w połykaniu, promieniujący ból okolic gardła i duszność. Generalna zasada głosi, że konsultacji specjalisty należy zasięgnąć, gdy wszelkie problemy związane z gardłem i głosem utrzymują się dłużej niż trzy tygodnie.**

## Chrypka często jest jednym z objawów innej choroby:

- przewlekłego zapalenia krtani,
- choroby refluksowej przełyku,
- zaburzeń hormonalnych (spowodowanych niedoczynnością tarczycy lub menopauzą u kobiet),
- alergii,
- polipów i guzków na krtani,
- brodawczaków fałd głosowych,
- raka krtani,
- a także silnego stresu.

Kiedy trwa dłużej niż trzy tygodnie, wymaga diagnostyki i pojęcia adekwatnego leczenia. Diagnostyka polega tu przede wszystkim na dokładnym przebadaniu krtani. W razie potrzeby lekarz może dodatkowo zlecić wykonanie USG tarczycy, tomografii komputerowej krtani lub badania rentgenowskiego klatki piersiowej.

## Nie lekceważ niepokojących objawów!

Chrypka często jest objawem przeziębienia. Zdarza się jednak, że tylko do złudzenia je przypomina. Drapanie w gardle, suchość w ustach czy zmiana głosu tak naprawdę mogą być sygnałem dużo groźniejszego schorzenia krtani. Nie warto lekceważyć niepokojących objawów. W trakcie wizyty lekarz laryngolog przeprowadza dokładny wywiad z pacjentem. Może spytać o rodzaj wykonywanej pracy, nawyki i nałogi. Na pewno zada pytanie o ostatnio przebyte choroby i infekcje. Potem pacjent zostaje dokładnie przebadany – lekarz sprawdza jego nos, uszy, gardło, korzystając ze specjalnej lampy czołowej.

Wybór leczenia zależy od diagnozy – czasem wystarczy rzucić palenie lub ograniczyć spożywanie alkoholu. Zdarza się jednak, że niezbędne jest zażywanie leków, a czasami – przeprowadzenie zabiegu.

## Najczęstsze choroby krtani to:

- zapalenie krtani (mające formę ostrą lub przewlekłą),
- obrzęki krtani,
- polipy krtani,
- guzki głosowe, zwane też śpiewaczymi,
- brodawczaki krtani wywołane przez wirus HPV,
- rak krtani.

Każda z tych chorób cechuje się innym przebiegiem i może być leczona różnymi metodami.

## O tym warto pamiętać

Warto dbać o zdrowie naszego gardła. Powinny o tym pamiętać zwłaszcza osoby, które w pracy przeciążają fałdy głosowe, czyli nauczyciele, śpiewacy, telemarketerzy. W ich przypadku szczególnie ważne jest odpowiednie oddychanie przeponą, a także mówienie normalnym, własnym głosem.

Zaleca się rzucenie palenia i unikanie zadymionych pomieszczeń. Picie alkoholu i mocnej kawy czy herbaty dodatkowo wysusza błonę śluzową

gardła, zwiększając ryzyko infekcji. Spożywanie zbyt gorących lub zimnych posiłków z kolei podrażnia śluzówkę, tak samo jak zbyt pikantne potrawy. W ciągu dnia należy pić przynajmniej dwa litry płynów – zwłaszcza wody niegazowanej czy naparów ziołowych. Warto również zadbać o odpowiednie nawilżenie powietrza.

Codzienna profilaktyka, również w przypadku chorób krtani, odgrywa kluczową rolę.



[laryngolog-poznan.com](http://laryngolog-poznan.com)

**Joanna Jackowska**

---