

Q カラオケが原因で声帯にポリープ。経過観察でよくなる？

51歳、男性。先日かぜをひいた際、のどの違和感もあったので、耳鼻咽喉科に受診したところ、声帯にポリープができていたといわれました。カラオケが原因のようです。しばらくのどを休ませて経過観察といわれました。禁煙もすすめられましたが、タバコも原因でしょうか。今後、がんにならないか心配です。
(奈良県 0)

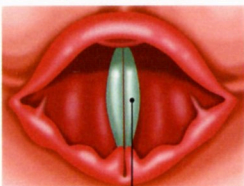
耳鼻咽喉科



回答者

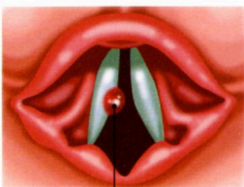
笠井耳鼻咽喉科クリニック
自由が丘診療室（東京都）院長
かさい ほしむ
笠井 創

●正常な声帯（発声時）



声帯

●ポリープのできた声帯



ポリープ

呼吸時には開いている声帯が閉じ、そこを呼気が通ることで声帯が細かく振動して声が出る。ポリープなどにより声帯の振動が妨げられることで、声がかすれる原因になる。

A

声を酷使する人に多い声帯ポリープ。まず、のどを休め、禁煙、節酒を。普段から声の出し方に注意することが必要

声帯は、さまざまな刺激が加わる

ことで傷つき、声帯ポリープや声帯結節ができます。声帯の縁がペンダ

このように小さくふくらんでいるのを

結節、こぶのように飛び出しているの

をポリープ、声帯全体が腫れている

場合はポリープ様声帯といえます。

原因としては、声を乱暴に出す、

怒鳴る、カラオケで大声を出して長

時間歌いつづける、せきがつづいて

いるといったことがあげられます。

環境的要因としては、大気汚染、エア

コンによる室内の乾燥などがありま

すが、タバコが声帯にもっともよくあ

りません。幼稚園や学校の先生、歌手、

アナウンサー、政治家、スポーツイン
ストラクター、販売業などの声を酷
使する職業の方に多い疾患です。

声がかれた、声が出ないという症

状が現れたら、まずは声を使わない

ようにします。この症状はかぜがき

つかけでおこることもあります。が、

その場合は声の安静によって、普通

は1週間くらいで治ります。それ以

上、声がかれがつづく場合は耳鼻咽喉

科を受診してください。良性的ポリ

ープががんになることはありません。

急性炎症であれば、炎症を抑える

ための内服薬やステロイドの内服薬、

血管収縮薬の吸入療法（ネブライザ

）を併用して、1〜2週間の沈黙
療法が効果的です。声帯結節やあま
り大きくない声帯ポリープでは、2
〜3カ月から半年くらい経過をみま
す。その間、声の出し方に問題があ
れば腹式呼吸の練習や発声訓練（ボ
イストレーニング）を行います。禁煙
過度の飲酒をしない、大きな声を長
くつづけて出さない、のどを絞るよ
うな発声をしない、空気の乾燥に注
意してマスクを着用するなど徹底
することも大切です。

このような保存的治療で改善しな
い声帯ポリープは音声外科手術が必
要になり、内視鏡を使ってポリープ
を摘出します。たとえ手術で声帯ポ
リープを切除しても、そのあとも声
の出し方に注意しないと再発するこ
とになります。日ごろから声の出し
方に注意することが、声帯ポリープ
を防ぐにはもっとも大切です。