

Λαρυγγοφαρυγγική παλινδρόμηση και τραγουδιές

ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ ΑΣΗΜΑΚΟΠΟΥΛΟΣ, MD

Καθηγητής, Διευθυντής Ωτορινολαρυγγολογικής Κλινικής
Πανεπιστημιακό Νοσοκομείο Ιωαννίνων

Περίληψη

Η λαρυγγοφαρυγγική ή όξινη ή άτυπος παλινδρόμηση αποτελεί μια κλινική οντότητα, που απαντάται συχνά στην καθημερινή Ωτορινολαρυγγολογική πράξη. Εκδηλώνεται κυρίως με άτυπα συμπτώματα, όπως βράγχος φωνής, συνεχή προσπάθεια καθαρισμού του λαιμού, φαρυγγικό κόμβο και χρόνιο βήχα. Απαντάται επίσης στους τραγουδιστές και σε άτομα που χρησιμοποιούν επαγγελματικά τη φωνή τους.

Λέξεις κλειδιά: λαρυγγοφαρυγγική ή όξινη ή άτυπος παλινδρόμηση, τραγουδιστές.

Ωτορινολαρυγγολογία - Χειρουργική Κεφαλής & Τραχήλου: 2006, Τεύχος 24 (Απρίλιος-Μάιος-Ιούνιος) σελίδες 23-24.

Οι τραγουδιστές και τα άτομα που χρησιμοποιούν επαγγελματικά τη φωνή τους αποτελούν ειδική κατηγορία ασθενών, που μπορεί να προσέλθουν στον ωτορινολαρυγγολόγο με διάφορα προβλήματα φωνής. Η σωστή και υπεύθυνη αντιμετώπισή τους αποτελεί πρόκληση για τον κλινικό ιατρό, γιατί, ως γνωστόν, η επαγγελματική τους σταδιοδρομία στηρίζεται κυρίως στην απόδοση της φωνής τους. Η κατανόηση των ιδιαιτεροτήτων του φωνητικού συστήματος ενός τραγουδιστή (ανατομικών δομών) θεωρείται απαραίτητη γνώση^{5,7}. Ο βλεννογόνος του λάρυγγα, που καλύπτει τις φωνητικές χορδές, αποτελεί σημείο επαφής τους κατά τη δόνηση. Η εκπαίδευση των αυτοχθόνων μυών του λάρυγγα στους τραγουδιστές έχει ως αποτέλεσμα τη συμμετρία των δονήσεων των φωνητικών χορδών, καθώς και την περιοδικότητα. Οι ετερόχθονες μύες διατηρούν το λάρυγγα σε συγκεκριμένη θέση στον τράχηλο, για να δράσουν αποτελεσματικά οι αυτόχθονες μύες. Η υπεργλωπιδική μοίρα του λάρυγγα, η γλώσσα, τα χείλη, η υπερώα, ο φάρυγγας, η ρινική κοιλότητα και οι παραρρινικοί κόλποι, δρουν ως αντηχεία που επηρεάζουν την ποιότητα της φωνής. Το τραχειοβρογχικό δέντρο, οι πνεύμονες και ο θώρακας παρέχουν ένα συνεχές ρεύμα αέρα στις φωνητικές χορδές. Οι τραγουδιστές χρησιμοποιούν μεγαλύτερη αναλογία του αέρα των πνευμόνων, με αποτέλεσμα τη μείωση του υπολειπόμενου όγκου αέρα και την αύξηση της αναπνευστικής ικανότητας. Οι κοιλιακοί μύες και το διάφραγμα αποτελούν έναν σπρηκτικό μηχανισμό, που παρέχει ενέργεια για την εισπνοή και εκπνοή. Το μυοσκελετικό σύστημα, ανάλογα με τη θέση και την κατάστασή του, μπορεί να επηρεάσει τη φωνητική λειτουργία. Η ψυχολογική κατάσταση του τραγουδιστή μπορεί να επηρεάσει τη φωνητική απόδοση. Η νόσος της γαστροοισοφαγικής παλινδρόμησης, καθώς και η λαρυγ-

γοφαρυγγική, απαντώνται συχνά στους τραγουδιστές και ευθύνονται για προβλήματα φωνής, καθώς και για άλλες βλάβες του λάρυγγα⁷.

Ο τρόπος ζωής των τραγουδιστών προδιαθέτει σε λαρυγγοφαρυγγική παλινδρόμηση. Συνήθως τραγουδούν τη νύχτα και απέχουν από το φαγητό πριν τις παραστάσεις, για να χρησιμοποιήσουν πιο αποτελεσματικά τους κοιλιακούς μυς. Πολλές αναγκάζονται να τρώνε αργά το βράδυ και συχνά κοιμούνται με γεμάτο στομάχι, περίπου το 56,1%^{5,7}. Άλλοι σημαντικοί προδιαθεσικοί παράγοντες αναφέρονται η κατανάλωση καφεϊνούχων αφεψημάτων (77,2%), το αλκοόλ (63,2%), καθώς και το ψυχολογικό stress (50,9%)⁵. Τα επεισόδια της γαστροοισοφαγικής παλινδρόμησης κατά τη διάρκεια των παραστάσεων στους τραγουδιστές, αποδίδονται κυρίως στο "Stress Reflux" που ξεπερνά την αντίσταση του αντιπαλινδρομικού εμποδίου (antireflux barrier), λόγω της απότομης και παρατεταμένης αύξησης της ενδοκοιλιακής πίεσης, καθώς και της βαθιάς εισπνοής². Ως γνωστόν, η γαστροοισοφαγική συμβολή αποτελείται από ένα λείο μυϊκό στοιχείο (τον κάτω οισοφαγικό σφιγκτήρα, LES) και ένα διαφραγματικό στοιχείο, που το ένα συμπληρώνει το άλλο, τόσο σε «κατάσταση ηρεμίας» όσο και κατά τη διάρκεια των «δυναμικών stresses» που σχετίζονται με την αύξηση της ενδοκοιλιακής πίεσης. Η διαφραγματική σύσπαση μπορεί να βοηθήσει στην πρόληψη της παλινδρόμησης (Reflux), η οποία σχετίζεται με την αύξηση της ενδοκοιλιακής πίεσης. Έτσι, η ευαισθησία στο "Stress Reflux" των επαγγελματιών τραγουδιστών, μπορεί να αυξηθεί δραματικά λόγω της εξασθένησης του «διαφραγματικού σφιγκτήρα», όπως συμβαίνει στην περίπτωση της διαφραγματοκπληξ². Τα συχνότερα συμπτώματα που σχετίζονται με τη λαρυγγοφαρυγγική παλινδρόμηση αποτελούν το βράγχος φωνής, που απαντάται κυρίως τις πρωινές ώρες (50,9%), καθώς και οι συχνές προσπάθειες καθαρισμού του λαιμού (36,8%). Επίσης αναφέρεται αύξηση του χρόνου προθέρμανσης της φωνής, ιδιαίτερα το πρωί > 30 min^{5,7}. Ακόμη, επεισόδια πνιγμονής, λαρυγγικός πόνος κατά τη διάρκεια του τραγουδιού, πικρή γεύση και δυσσομία του στόματος το πρωί. Αίσθημα φαρυγγικού κόμβου, κόπωση φωνής, χρόνιος βήχας (37%), δυσφαγία (37%), οπισθορινικές εκκρίσεις και μειωμένο φάσμα των φωνητικών τόνων σημειώνονται επίσης.

Διεθνείς μελέτες αναφέρουν υψηλή συχνότητα λαρυγγοφαρυγγικής παλινδρόμησης στους τραγουδιστές, καθώς και σε άτομα που χρησιμοποιούν επαγγελματικά τη φωνή τους. Αναφέρεται 42% επίπτωση της λαρυγγίτιδας από παλινδρόμηση σε τραγουδιστές της όπερας, 73,4% επίπτωση



► της όξινης παλινδρόμησης σε ασυμπτωματικούς μαθητευόμενους τραγουδιστές και 100% παρουσία της στους δασκάλους τραγουδιού^{3,5,8}. Τα παραπάνω ευρήματα προέκυψαν μετά από βιντεοστροβοσκοπηση του λάρυγγα, η οποία θεωρείται η καλύτερη μέθοδος εξέτασης για την εκτίμηση των ασθενών με διαταραχές φωνής (κυρίως στους επαγγελματίες).

Το πιο συχνό λαρυγγοσκοπικό εύρημα που σημειώθηκε ήταν η ερυθρότητα του οπίσθιου τμήματος της γλωττίδας (61,4%), η οποία βρέθηκε ότι σχετίζεται σημαντικά με την κατανάλωση φαγητού αργά το βράδυ⁵. Άλλα ευρήματα που διαπιστώθηκαν συχνά ήταν το οπισθοκρικοειδικό και το οίδημα των αρυταινοειδών και η πάχυνση του μεσοαρυταινοειδούς διαστήματος (εν είδει «λιθόστρωτου»). Επίσης αναφέρονται υπερτροφία των αρυταινοειδών, οίδημα των φωνητικών χορδών και τηλαγγειεκτασίες⁶.

Η λαρυγγοφαρυγγική παλινδρόμηση θεωρείται συχνή στους τραγουδιστές και μπορεί να προκαλέσει διαταραχές φωνής ή άλλες βλάβες του λάρυγγα (π.χ. φωνητικά οζίδια, πολυποειδή εκφύλιση). Η ακριβής διάγνωση (συνδυασμός άτυπων συμπτωμάτων, λαρυγγοσκόπησης, pH-μετρίας και ανταπόκρισης στο test με PPI) και η θεραπεία της λαρυγγοφαρυγγικής παλινδρόμησης, αποτελούν απαραίτητες γνώσεις για τον Ωτορινολαρυγγολόγο.

Επίσης, η αναζήτηση και η αντιμετώπιση της πρέπει να λαμβάνεται υπόψη σε κάθε μικρο-χειρουργική επέμβαση του λάρυγγα.

Summary

Laryngopharyngeal reflux and singers

D. Assimakopoulos

Laryngopharyngeal reflux (LPR) or acid reflux or atypical reflux, is a common clinical entity with high prevalence between human populations. Patients with LPR usually present non specific symptoms such as hoarseness, pharyngeal globus, repeated throat clearing and persistent cough. Singers and individuals with intensive use of voice may present LPR.

Key words: *laryngopharyngeal reflux or acid reflux or atypical reflux, singers.*

Βιβλιογραφία

1. Assimakopoulos D, Patrikakos G. The role of gastroesophageal reflux in the pathogenesis of laryngeal carcinoma. *American Journal Otolaryngology* 2002; 23:351-357.
2. Cammarota G, Elia F, Cianci R, Galli J, Paolillo N, Montalto M, Gasbarrini G. Worsening of Gastroesophageal Reflux Symptoms in Professional Singers During Performances. *Journal of Clinical Gastroenterology* 2003; 36(5):403-404.
3. Elias ME, Sataloff RT, Rosen DC, Heuer RJ, Spiegel JR. Normal stroboscopy: variability in healthy singers. *Journal of Voice* 1997; 11:104-107.
4. Koufman JA, Aviv JE, Casiano RR, Shaw GY. Laryngopharyngeal reflux: Position statement of the committee on speech, voice, and swallowing disorders of the American Academy of Otolaryngology Head and Neck Surgery. *Otolaryngol Head and Neck Surgery* 2002; 127(1):32-35.
5. Lundy D, Casiano R, Sullivan P et al. Incidence of abnormal laryngeal findings in asymptomatic singing students. *Otolaryngology Head and Neck Surgery* 1999; 121:69-77.
6. Morrison MD, Morris BD. Dysphasia and bulimia : vomiting laryngeal injury. *Journal of Voice* 1990; 41:76-80.
7. Sataloff RT. The Professional Voice: Part I. Anatomy, Function and General Health. *Journal of Voice* 1987; 1(1):92-104.
8. Yolanda D, Heman-Ackah et al. Stroboscopy findings in Singing Teachers. *Journal of Voice* 2002; 16:81-86.

