

kesihatan@utusan.com.my



**DOKTOR JAWAB
LELEHAN FARAJ
BOLEH DIRAWAT » 26**



**ESTETIK
WAJAH
BERAS
KEDUT
» 27**



**CER KOME TANYE, UKE JAWAB
IBU DINGIN » 37**



**STAIL
RAHSIA
BIBIR
SEKSI
SCHA
» 40**



Suara serak Jangan diabaikan

SUARA adalah satu anugerah. Bagaimanapun anugerah ini sering diabaikan sehinggalah kita kehilangannya.

Suara memainkan peranan penting terutama bagi individu yang terbabit secara langsung dalam kerjaya seperti pensyarah, guru, ahli politik, penyanyi mahupun hanya sebagai suri rumah.



SALAH guna suara boleh merosakkan peti suara.

Suara merupakan suatu nikmat yang membolehkan kita berkomunikasi, meluahkan emosi dan perasaan, memberi isyarat serta amaran jika berlaku perkara berbahaya.

Ramai menganggap suara terjadi secara automatik atau tindak balas refleks. Justeru mereka tidak pernah merasakan suara adalah anugerah penting dan berharga. Jika tanpa suara, manusia tidak dapat mencapai kesempurnaan dan keceriaan.

Apabila sakit tekak, suara serak atau suara tidak keluar, baru kita sedar betapa pentingnya suara dalam kehidupan. Tiada siapa dapat menafikan suara penting bagi semua orang untuk berkomunikasi.

Pakar

Gambarajah peti suara normal dan tidak normal



Larinks normal



Radangan larinks

Perunding Otorinolaringologi Pusat Pakar UKM (UKMSC), **Profesor Dr. Marina Mat Baki** berkata, peti suara adalah organ yang mengeluarkan bunyi atau suara.

"Peti suara terletak di belakang halkum di antara tekak di bahagian atas dan trakea di bahagian bawah yang bersambung dengan paru-paru. Di dalam peti suara terdapat sepasang pita suara kiri dan kanan yang membuka semasa beraf dan tertutup atau bertemu antara satu sama lain ketika bersuara.

"Bagaimanapun ramai yang salah faham, sebenarnya tonsil dan anak tekak bukan peti suara," tegasnya.

Peti suara terletak pada bahagian larinks

seseorang. Sebenarnya pita suara atau glotis menjadi pengawal yang menentukan sebanyak mana udara yang keluar, kadar kenyaringan (*pitch*) dan kekuatan (*amplitude*) suara seseorang.

Tambahnya, peti suara juga berfungsi sebagai perisai bagi mengelakkan bendasing masuk ke saluran pernafasan dan paru-paru. Peti suara juga bertindak sebagai saluran iaitu laluan pernafasan dari mulut atau hidung ke saluran trakea dan paru-paru.

Selain itu peti suara juga bertindak sebagai peletus bagi membolehkan batuk dan mengeluarkan kahak dan percakapan bagi mengeluarkan suara dan percakapan dengan bantuan tekak, lidah, hidung dan mulut yang dikawal oleh saraf dan otak.

Prof Dr. Marina berkata, terdapat empat komponen utama dalam penghasilan suara iaitu

- a. Takungan suara - udara dari paru-paru.
- b. Getaran suara - pita suara.
- c. Articulator - lidah.
- d. Resonator - mulut dan hidung.

"Masalah peti suara biasanya bermula apabila suara berubah menjadi serak. Radang peti suara biasanya

berlaku disebabkan oleh jangkitan kuman yang biasanya datang bersama-sama dengan batuk dan selesema.

"Masalah peti suara juga boleh disebabkan sama ada oleh tabiat merokok, ketumbuhan kecil disebabkan oleh penyalahgunaan suara seperti terlalu banyak menjerit atau bercakap dan tidak menggunakan suara dengan betul," katanya.

Kanser peti suara biasanya jelas. Prof. Dr. Marina bermula dengan suara serak yang berpanjangan lebih dari dua minggu dan perlu dirujuk kepada doktor telinga hidung dan tekak atau otorinolaringologi untuk dikenal pasti.

Terdapat juga kes suara serak akibat peti suara lumpuh disebabkan kecederaan saraf. Kenal pasti masalah benjolan, ketumbuhan kanser peti suara atau peti suara lumpuh hanya memerlukan teropong kecil (endoskopi) yang dimasukkan melalui hidung atau mulut di klinik.

Prof. Dr. Marina berkata, tanda-tanda peti suara bermasalah seperti serak garau, suara menjadi perlahan dan penat ketika bercakap, kerap terserak ketika minum air, susah beraf dan nafas berbunyi.

"Diagnosis peti suara bermasalah bermula dengan mengkaji sejarah penyakit dengan teliti dan mengenal pasti faktor risiko, endoskopi di klinik ORL dan ujian kualiti suara menggunakan perisian mudah alih atau komputer.

"Kemudian pesakit akan diberikan rawatan bergantung kepada punca. Misalnya radang disebabkan jangkitan kuman yang biasanya datang bersama-sama batuk dan selesema akan diberikan rawatan ubat batuk dan selesema dan biasanya sembuh dengan sendirinya dalam dua minggu tetapi perlu diperhatikan sama ada peti suara bebas daripada bengkok," katanya.



JANGAN abaikan jika suara



TRUMP
TEXT 'TRUMP' to 88022

**RENCAM
SEKITAR
PELANTIKAN
PRESIDEN
TRUMP
29**



ROMANIA