

## اختصاصيون: استهراقُ بحة الصوت 3 أسابيع يستدعي استشارة الطبيب

نصح اختصاصيون بأن بحة الصوت تستدعي استشارة الطبيب في حال استهراقها لأكثر من ثلاثة أسابيع، حيث يمكن أن تنذر حينئذٍ بمرض خطير، مثل سرطان الحنجرة الذي يمكن علاجه إذا تم تشخيصه مبكراً.

وبحسب الأطباء، غالباً ما تكون بحة الصوت ظاهرة مصاحبة لنزلة البرد، أو قد ترجع إلى إجهاد الأحبال الصوتية، أو بعد تشجيع الفريق الرياضي المحبب بحواسٍ شديدة.

وذكر الأطباء أنه في هذه الحالات يمكن مواجهة بحة الصوت من خلال الراحة والإكثار من السوائل، ومن المفيد أيضاً تناول خلاصات الأعشاب الطبية، في صورة شاي مثلاً، كالنعناع، والينسون، والزعر، حيث إنها تتمتع بتأثير مثبت للالتهابات من ناحية، وتعتني بالأنغشية المخاطية من ناحية أخرى. ومن المهم أيضاً التنفس عبر الأنف وليس عبر الفم، حيث يتر ذلك فلترة الهواء وتدفنته وترطيبه.