



Голосовые связки, эластичные образования из мышечной и соединительной ткани, натянуты в направлении спереди назад. Они расположены в середине глотки и образуют так называемую голосовую щель, главный механизм образования голоса. Под действием выдыхаемого из легких воздуха они смыкаются, натягиваются и колеблются, создавая различные звуки. Еще одна функция голосовых связок – препятствовать проникновению в легкие посторонних частиц.

Лечение голосовых связок при заболеваниях горла

Как правило, лечить связки требуется при различных заболеваниях горла. Для правильного функционирования и образования звуков они должны быть оптимально натянуты. Если натяжения недостаточно, должный звук произнести не удастся. Связки горла поражаются в случае ларингита, заболевания гортани. Они воспаляются, увеличиваются в размерах. В результате голосовая щель значительно уменьшается, практически или полностью смыкается. В сложных случаях в легкие перестает поступать необходимое количество воздуха, отчего пациент начинает задыхаться. Увеличение и воспаление эластичных образований горла также случается при аллергии, вирусных инфекциях, если пришлось много разговаривать. В ряде случаев связки гортани увеличиваются в размерах в результате вдыхания различных раздражающих веществ. Как правило, лечение голосовых связок проводится под наблюдением врача-отоларинголога.

Лечение отека слизистой горла

В случае хронического заболевания гортани, если пациент регулярно вдыхает табачный дым, а также если голосовые связки регулярно перенапрягаются, нередко отекает слизистая оболочка.

В результате изменяется тембр голоса, он становится хриплым. Чтобы отек не перешел в онкологическое заболевание, необходимо наблюдаться у отоларинголога. При отеке в острой форме придется полежать в больнице. Лечение голосовых связок осуществляется соответствующими медикаментозными препаратами. В ряде случаев требуется хирургическое вмешательство.

Лечение голосовых связок народными средствами

У преподавателей, экскурсоводов, певцов профессия связана с каждодневной интенсивной речевой нагрузкой. Для профилактики потери голоса полезно применять различные народные средства для домашнего лечения голосовых связок:

Растворить 1с.л. меда в стакане теплого молока, выпить небольшими глотками. Профилактическое средство принимать три раза в день. Рекомендуется после приема молока с медом выждать порядка часа, прежде чем выходить на улицу в холодную погоду.

Смешать 2с.л. сушеной малины с 2с.л. растительного масла, добавить 1ч.л. измельченного имбиря. Заварить смесь в термосе парой стаканов кипятка, настаивать в течение ночи. Принимать за час до еды по несколько глотков.

Для укрепления связок горла полезны полоскания горла:

Отвар из шкурок лука: заварить 2ч.л. луковых шкурок 2 стаканами кипятка, томить на водяной бане несколько минут, настоять в течение нескольких часов, процедить. Полоскать всякий раз при ощущении дискомфорта в горле или три раза в сутки.

Полоскания горла соком сырого картофеля: для укрепления связок гортани полоскать горло три раза в день.

Если голос сорван, при лечении голосовых связок помогает смесь меда с хреном. Небольшой корешок хрена потереть, залить третью стакана кипятка, настаивать в закрытой емкости несколько часов. Употреблять с медом каждый час по 1ч.л. в течение суток.

Именно [журнал здоровья](#) содержит в себе самую полную информацию по данной теме, так что постарайтесь его как можно скорее изучить.

Мед, смешанный с морковным соком в равных частях, помогает восстановить голос. Средство употребляется три-четыре раза в день.

В случае хрипоты отделить три желтка, взбить, смешав с небольшим количеством сливочного масла. Употреблять во время еды маленькими глотками. Разумеется, необходима уверенность в качестве яиц.

Подогреть стакан пива в емкости с горячей водой, добавить немного молока, 1с.л. меда. Употребить на ночь, перед сном.

Для лечения голосовых связок смешать одну часть морковного сока с тремя частями молока. Принимать по полстакана коктейля в день.

Если под рукой ничего не оказалось, а требуется быстро восстановить голос, полезно смягчить связки медленным рассасыванием кусочка шоколада.

Разумеется, в серьезных случаях не стоит заниматься самолечением. Вылечить нарушения работы голосовых связок может только врач.