

بررسی روش های سنتی پیشگیری از گرفتگی صدا در مداحان اردبیل

دکتر اکبر پیرزاده^۱، دکتر مسعود انتظاری اصل^۲، عبدا... مهدوی^۳، محمد علی محمدی^۳

^۱ نویسنده مسئول: استادیار گروه جراحی گوش، حلق و بینی دانشگاه علوم پزشکی اردبیل E-mail: a.Pirzadeh@arums.ac.ir

^۲ استادیار گروه بیپوشی دانشگاه علوم پزشکی اردبیل ^۳ مربی دانشگاه علوم پزشکی اردبیل

چکیده

زمینه و هدف: گرفتگی صدا جزء شایعترین مشکلات خوانندگان و مداحان است و روشهای جلوگیری از آن و صاف کردن صدا می تواند در پیشرفت و بهبود صدای افراد بسیار مؤثر باشد. از اینرو این مطالعه با هدف "تعیین روشهای سنتی جلوگیری از گرفتگی صدا در مداحان شهر اردبیل" انجام شد.

روش کار: تحقیق حاضر یک بررسی توصیفی مقطعی است. در این تحقیق کل مداحان اردبیل ۴۳ نفر بررسی شدند. پرسشنامه ای که شامل اطلاعاتی چون سن، جنس، مدت مداحی، سابقه گرفتگی صدا و راههای جلوگیری از گرفتگی آن بود توسط این افراد تکمیل شد و پس از جمع آوری پرسشنامه ها داده ها با نرم افزار آماری SPSS تجزیه و تحلیل و از آمار توصیفی استفاده شد.

یافته ها: نتایج نشان داد همه افراد مورد بررسی مرد بودند. میانگین سنی آنها ۴۱/۳ سال با انحراف معیار ۱۳/۱ بود. تمام مداحان در ماه محرم، ۱۵ نفر (۳۴/۹٪) در ماه رمضان و ۸ نفر (۱۸/۶٪) در سایر ماهها مداحی می کردند. صافی صدا اکثراً در تابستان (۷۹٪) و گرفتگی صدا اکثراً در زمستان دیده می شد (۶۷/۴٪). ۳۶ نفر (۸۳/۷٪) گرفتگی صدا را تجربه کرده بودند که (۳۲/۶٪) دو روز دچار گرفتگی صدا شده بودند. استراحت کافی و خوردن غذای مقوی بهترین راههای جلوگیری از گرفتگی صدا بوده است و در حین گرفتگی صدا ۶۰/۱٪ افراد از داروهای کورتون دار برای رفع مشکل استفاده می کردند. همچنین در حین گرفتگی صدا از روش خواندن پست استفاده می کردند.

نتیجه گیری: گرفتگی صدا در مداحان بیشتر و مهمتر از افراد عادی است و بیشتر در ماههای خاصی از سال دیده می شود. در اکثر افراد مدت گرفتگی صدا کوتاه بود و با استفاده از داروهای کورتون دار و خواندن پست درمان مطلوب بدست می آید.

واژه های کلیدی: گرفتگی صدا، مداحان، روش سنتی پیشگیری

پذیرش: ۸۷/۱۰/۱۹

دریافت: ۸۶/۶/۱۰

مقدمه

مشکلات صوتی جز مشکلات شایع مراجعین به بخش های گوش، حلق و بینی است که در ایالات متحده حدود ۲۸ میلیون نفر روزانه مشکلات صوتی را تجربه می کنند [۱]. گرفتگی صدا بعلل متفاوتی می تواند ایجاد شود.

علل آن را می توان به سه دسته تقسیم کرد.

۱- استفاده ناصحیح از صدا، استفاده بیش از حد و عدم تعادل عضلات مرتبط با تکلم (معمولاً بعلت ادم، ندول صوتی، پولیپ یا زخم ایجاد می شود)

۲- مشکل جسمانی و بیماری (آسیب عصب صوتی،

پارکینسون)

۳- مشکلات عصبی و روانی (استرس بیش از حد، مشکل شخصیتی) [۲] در موارد فوق قسمت اول را می توان شایعترین علت گرفتگی صدا نامید که در شغلهایی دیده می شود که بیش از حد نرمال و بلند صحبت می کنند. شغلهایی که در این دسته قرار می گیرد معلمی، خوانندگی، مشاوران شرکتهای و کارمندان، وکلا و روحانیون هستند [۱].