

## **Kurkunpään salpautuminen**

Kurkunpään salpautuminen tarkoittaa kurkunpään toimintahäiriötä, jossa kurkunpään rakenteet ajoittain salpautuvat vaikeuttaen ilman kulkua. Ilmiöstä käytetään myös nimityksiä toiminnallinen äänihuulisalpaus, VCD (vocal cord dysfunction), ILO (inducible laryngeal obstruction).

Sisäänhengityksen aikana äänihuulet normaalisti loittonevat toisistaan ja antavat tilaa keuhkoihin virtaavalle ilmalle. Kurkunpään salpauksessa äänihuulet ja muut kurkunpään rakenteet lähentyvät sisäänhengityksessä toisiaan epätarkoituksenmukaisella tavalla, jolloin ilman kulku voi estyä.

Häiriön yleisyyttä ei tiedetä. Sitä voi esiintyä kaikenikäisillä, eniten ilmeisesti nuorilla aikuisilla. Naisilla häiriö on yleisempi kuin miehillä.

### **Syyt**

Kurkunpään salpaus ilmenee yleensä joidenkin altistavien tekijöiden yhteydessä. Tyypillisimpiä on voimakas ruumiillinen rasitus, esimerkiksi rasittava urheilusuoritus. Joillakin yksilöillä häiriö ilmenee hengitystietulehdusten yhteydessä. Joskus jokin ruuassa oleva ärsyttävä tekijä, esimerkiksi voimakkaat pastillit, mausteet, alkoholi tai hiilihappo, voi laukaista kurkunpään salpauksen. Osalla kurkunpään salpaus ilmenee öisin, jolloin laukaiseva tekijä on usein ruokatorveen ja nieluun noussut mahahappo (refluksi). Joskus ärsyttävänä tekijänä voi toimia myös kylmä ilma, tupakansavu, pölyt, tuoksut tai ympäristön muut epäpuhtaudet.

Kurkunpään salpauksessa kurkunpää herkistyy reagoimaan epätarkoituksenmukaisesti edellä mainituissa tilanteissa. Syytä herkistymiselle ei tiedetä. Oireettomana aikana äänihuulissa ja niiden toiminnassa ei ole havaittavissa mitään poikkeavaa.

### **Oireet**

Kurkunpään salpauksen tyypillinen oire on hyvin äkillisesti alkava tukehtumisen tunne. Kurkunpää tuntuu tukkeutuvan, sisäänhengitys tuntuu vaikeutuneelta ja hengitys voi vinkua. Kohtaus kestää yleensä muutamasta sekunnista muutamaan minuuttiin. Sen jälkeen ahdistus helpottaa vähitellen.

Salpautumiskohtaus on usein voimakas ja dramaattinen, jolloin ymmärrettävästi esiintyy tukehtumisen pelkoa ja psyykkistä ahdistusta. Kurkunpään salpauksen ei kuitenkaan ole todettu aiheuttavan tukehtumista.

Salpautumiskohtausten toistumistiheys vaihtelee suuresti. Niitä voi esiintyä kerran pari vuodessa tai harvemmin, mutta ne voivat myös vaivata useita kertoja viikossa. Kohtausten välillä hengitys yleensä toimii moitteettomasti.

Kurkunpään salpauksen oireet voidaan joskus sekoittaa astmaan tai paniikkikohtaukseen, vaikka ne useimmiten eroavat näistä selvästi.

Astmassa voi esiintyä uloshengitysvaikeutta ja hengityksen vinkumista uloshengityksessä kun taas kurkunpään salpauksessa hengenahdistus ja vinkuna esiintyy sisäänhengityksen aikana. Lisäksi astmassa ahdistuskohtaus ei yleensä synny eikä pääty yhtä äkillisesti ja kestää pitempään. Astmalääkkeet eivät yleensä auta kurkunpään salpautumiseen.

Paniikkikohtauksessa esiintyy usein hengenahdistuksen tunnetta, mutta siihen ei liity vinkunaa ja kesto on yleensä pitempi. Paniikkikohtauksessa pelkotila ilmaantuu ennen ahdistusta, kun se kurkunpään salpauksessa syntyy tukehtumisen tunteen seurauksena.

## **Itsehoito**

Kurkunpään salpauksen alkaessa vaistomainen reaktio on yrittää vetää henkeä suun kautta sisään tavallista voimakkaammin. Tämä vain pahentaa oiretta, koska äänihuulet pyrkivät juuri voimakkaan sisäänhengityksen aikana lähentymään toisiaan. Tukehtumisen tunteesta huolimatta pitää yrittää hidastaa hengitystä ja hengittää rauhallisesti sisään nenän kautta ja ulos huulet puoliksi suljettuna. Näin salpaus yleensä väistyy nopeasti.

## **Hoito ja ehkäisy**

Kurkunpään salpautumisen hoidossa tärkeää on kartoittaa kohtauksia aiheuttavia tekijöitä. Niihin vaikuttamalla voidaan salpauskohtauksia vähentää tai kokonaan välttää. Jos potilaalla esiintyy refluksia (mahahapon nousua ruokatorveen), mahan happamuutta vähentävä lääkehoito ja refluksia vähentävien elämäntapojen noudattaminen voivat huomattavasti vähentää tai kokonaan estää kohtaukset.

Tieto kohtauksen luonteesta vähentää kohtauksiin liittyvää pelkoa ja oikean hengitystekniikan opettelu kohtauksen alkaessa lyhentää ja lievittää kohtauksia huomattavasti.