

利用吸管作为治疗工具

作者：莎拉萝森菲德-庄臣，理学士， CCC-SLP

1999 年 5 月 31 日在美国 Advance 发表

版权所有©1999 年莎拉萝森菲德-庄臣，M.S.， CCC-SLP

电影编剧作家和小说家都知道，一个快速进入故事情节的路径，就是要透过一个可靠的戏剧工具：食物。言语治疗师也没有不同。这篇文章是我两部分系列的第一个，探索如何运用简单的工具促进各种言语障碍的治疗。第一支工具 - 吸管 - 可以运用在很多的受训者身上。吸管运用的主要目标，在于针对不足够的舌头收缩。无论受训者是因为吐舌而导致/s/音发不清楚，又或患有其它语音障碍，这个治疗都能增强言语表达的清晰度。对于患有咽喉功能不足，或从大脑血管意外(CVA)康复中的受训者，治疗吸管都会有用。在这类及其它很多的个案中，特别顺次排列的吸管被运用于一个层次式的训练当中，能针对特定的口部活动。

在言语治疗中使用吸管并不是不常见，在很多年以前，吸管就已经是喂食治疗和圆唇练习中一个重要的工具。从受训者的角度看，吸管是为有趣的，而饮料是一个奖赏。从治疗的角度看，吸管比传统的实践能承诺处理更多障碍和肌肉组织。大约在十二年前左右，当时我才刚刚开始使用吸管来做喂食或圆唇的目标，我发现它能改进舌头收缩（因此提高了说话清晰度）；对于这个副作用，我也感到震惊。自那时候开始，吸管就成为我最重要的疗法工具之一。

传统的治疗方法一开始就假设舌头的肌肉功能充足。传统的疗法的是，如果我说「球」的时候，你听着我说（听觉的刺激）；我说的时候，你看着一个球（视觉的刺激）；以及你拿着一个球（触觉刺激）；透过这种多重感觉的方法，你就获得说「球」的能力。口部肌肉治疗法（Oral Motor Therapy）却不是这样训练的，尤其是对于我们

那些视觉或听觉能力减弱了的，需要特殊教育的受训者而言。口部肌肉治疗主张感知信息必需发生在口腔内；言语治疗师必须要将一些东西放到受训者的嘴巴里去增加他们口腔内的感知觉，就这样，从一系列层次式的训练中，加强目标肌肉组织的力量。口部肌肉的发展和控制是很重要的先决条件，容许言语治疗师往后利用传统的说话清晰度疗法。

现在，让我们讨论一些基本的理论。在英语里面，要连续的讲话(coarticulation)和拥有说话清晰度，我们要将舌头的后部稳定于上颚的后部。然后，无论我们的舌头需要怎么做，它也是从这个稳定的位置开始移动。舌头有四个基本的活动：1) 缩入/伸出，2) 舌根提升/下压，3) 舌尖提升/下压，4) 舌边扩展。婴孩初出生时，他们的舌头从休息的位置开始活动，大约有 50% 的向后缩入和 50% 向前伸出的活动，这就是吸吮(suckle)。当小孩开始长大了和开始用匙羹和杯子喂食以后，他们的舌头便能达致 75% 的缩入以及 25% 的伸出。他们吃东西的时候不会把舌头伸出。如果孩子会这样做，那他们就会有喂食的问题。吸管常常会被用作治疗工具，因为它至少也能把舌头的活动推回 50%/50% 的吸吮模式。但是，我们没有在这里就停下来的理由，而且，如果治疗在这里就停止，我会争辩说，允许受训者吸吮吸管是错误的治疗。吸吮可能会加剧舌头吐出的情度。（我应该提及，吸杯(sippy cup)，一件普及的喂食工具，会鼓励吸吮，不能达到 75%/25% 的缩入/伸出的目标。）

透过继续使用一系列愈加复杂的吸管和更浓稠的饮料，我们可以教导舌头收缩的力量。目标

香港思进言语治疗中心 言语治疗师/

ITI TalkTools 认可口部肌肉治疗师 王春燕 译

版权所有© 不得翻印



3420 N. Dodge Blvd., Suite 148, Tucson, AZ

www.talktools.net

TalkTools®/ Innovative Therapists International

是要达到靠近 75% 的收缩；以及达到那个稳定的位置。舌头的后部能被稳定的收缩，可以允许舌头向两边后面的大白齿移动；这亦正是有效地咀嚼食物所需要的舌头活动。在这个里程碑，我们的受训者能获得更独立自主的喂食能力和营养的改善，这两者很对于未能进展到好好地使用杯子或勺子的小孩很重要。

治疗吸管是怎样达致说话清晰度的目标？患有吐舌型语音障碍的小孩或成人欠缺了舌头后缩这个重要的元素。将舌头稳定于门牙之间，而不是藉后缩位置达到稳定性的受训者，会把语音前置(fronting)。如果一名受训者在发出/t/、/d/或/n/这些需要稳定后缩的语音时将舌头吐出，那这些声音的掌握必须在/j/、/q/或/x/ (英语: /s/或/z/音; 广东话: /s/音)以前被纠正。如果一个发展上正常的三岁儿童在发出/n/音时将舌头吐出，那就已经存在问题。事实上，任何三岁的儿童在发出/t/、/d/或/n/时将舌头吐出都需要被帮助，将舌头缩回；再说，任何的小孩被确定是由于舌头吐出于门牙之间而患有语音障碍，而且仍在吸吮，无论是奶瓶，杯子或吸管，都会维持他的误音。(如果一个发展正常的四岁儿童在发出/t/、/d/或/n/音时没有吐出舌头，有正确的舌头后缩，在发出/s/音时却吐出舌头，那有可能这个误音只是发展迟缓，不需要治疗干预。)

我们如何将受训者放到治疗吸管训练上，以及在什么年龄或阶段进入疗法？肌肉可以在任何年龄被强化；一岁或一百岁。这些技巧可以在任何时候被运用，但是愈年轻便会愈容易。

被识别出患有障碍的孩子，可以在早到一岁时开始训练。我们很多唐氏综合症的受训者在很早便开始治疗，因为我们训练的概念是后缩，是一个关键的口部肌肉技巧，并串联到其它口部肌肉活动。其它被诊断为低张的受训者也能获益于这

早期的干预。很多这类的小孩在两岁，三岁或四岁时还在使用奶瓶吸吮。几乎在所有的案例中，吸管治疗在两岁便可以成功地被推行。有些小孩需要过渡期的协助，我会使用瓶身可被挤压的「蜂蜜小熊瓶」，空的，干净的，装满略厚的饮料和改用一根新的吸管。小孩还可以自己拿着「蜂蜜小熊瓶」，学习使用吸管将饮料吸进嘴巴。患有肌肉低张的小孩可能在开始的时候不能够将饮料吸起，照顾者可以轻轻的挤压瓶子作为协助。

吸管吸饮是什么？正常的吸管吸饮要求下颌骨，嘴唇和舌头复杂的动作；透过这些活动的协调，建立一个真空的吸啜。我们发出的每个语音也是用这些不同的分级调控活动的组合制造出来。

在过去的多年中，我建立了一组不同程度的吸管，每一支吸管也针对这些分级调控活动的某一个部份。在普通吸管的初部试验之中，治疗的效果局限及不稳定，我便找出所有被生产的吸管，在必要时作应急配备。最终我要找制造商自订一些具备我需要的特别属性的吸管。

这个吸管的层次从连续不断的吸饮进展到一口一口地吸饮的技巧；然后改变吸管的直径，长度，吸管弯曲的形态，结构的复杂性以至唇垫的运用，从稀薄的饮料进展到浓稠的饮料。

如何开始这套疗法？开始的时候，要确定受训者是在稳定的位置坐端正来吸饮 - 我会给他们一支简单的，直的，普通直径的吸管，让他们自行使用它，看看他们通常会怎样使用它。我会把我的手指头放在吸管进入他们嘴巴的位置，以便我可以拿出吸管，和测量吸管从嘴巴的进入点到是口腔内部的长度。在这个阶段你要观察几件事情。吸管在他们的嘴里面是多于 1/4 到 1/2 英寸吗？如果是这样，那他们便正在吸啜或咬合它。受训者用牙齿咬合着吸管吗？如果是，

香港思进言语治疗中心 言语治疗师/

ITI TalkTools 认可口部肌肉治疗师 王春燕 译

版权所有© 不得翻印

TalkTools®/ Innovative Therapists International



3420 N. Dodge Blvd., Suite 148, Tucson, AZ

www.talktools.net

那他便有下颚骨不稳定的迹象。治疗吸管所使用的正确的位置应该是稳定的下颚骨，舌头后缩和圆唇，来允许轻松的吸饮。

在层次式训练的第一支吸管要被裁剪到我在上面所测量出的长度。吸管有一片唇垫，可以鼓励密封和圆唇。在以后的治疗课堂中，当受训者表现出进展，我会在孩子不知道的情况下减少从唇垫到吸管末端的长度，直到受训者能达到最基本的后缩和圆唇。此刻，受训者就被认定是能够从吸管治疗式地吸饮，那我就可以自由地透过我的层次式训练，使用余下的吸管做治疗。受训者要带这些吸管回家，每天利用它们，喝所有稀薄的饮料。当他们有进步了，便可以使用层次治疗中特别的吸管，去吸饮浓稠的饮料和菜泥状的饮料等。受训者要利用这些吸管，每天喝 3-4 盎司的饮料。当每支吸管的技巧被掌握了，又或变得太容易，我便会使用下一支去做训练。对于一些受训者来说，就好像正常发展的，只有语音不清的个案，有可能是一个星期换一支新的吸管。对于这些受训者，成功的疗程可能只需要持续到四个月。

其它的受训者就取决于他们的诊断，例如对于脑瘫，疗法还是有效的，但有可能需要持续一段更长的时间。患有唐氏综合症的受训者可能需要一到两年的时间去完成整个疗程，我们经常看到此类疗法能在他们长大以后，减少言语治疗所需的时间。正在处理特定的语音问题的言语治疗师，可以看到吸管治疗对于/d, t, n, l, g, k, j, q, x, zh, ch, sh, r, 和 y/ 音 (英语: /t, d, l, n, k, g, s, z, ch, sh, j, 和 r/音; 广东话: /t, d, l, n, k, g, x, j/音) 的标准发音是有效果的。

患有咽颚闭合功能不足的受训者是另一类能

获益于吸管治疗的人士。对于他们，吸管治疗能增加舌头后缩，改变共鸣和提升软颚。从大脑血管意外(CVA)康复中的受训者，经常会出现嘴唇不对称的现象。治疗的吸管可以将他们的嘴唇训练到对称的中线位置，因此能改善说话清晰度。

利用吸管治疗的一个额外优势是，不论受训者的认知能力如何，同样地可以得到效果。那是治疗的结果，(舌头后缩和舌头的分级调控)，对一个患有严重认知障碍的，只有有限的或没有语言技巧的受训者，他是几乎与发展上正常小孩或成人一样，得到了相同的治疗效果。吸管治疗是所有口部肌肉治疗师和言语治疗师可以在治疗中添加的一件重要的工具。



3420 N. Dodge Blvd., Suite 148, Tucson, AZ

www.talktools.net

香港思进言语治疗中心 言语治疗师/

ITI TalkTools 认可口部肌肉治疗师 王春燕 译

版权所有© 不得翻印

TalkTools®/ Innovative Therapists International