

小孩口齒不清怎麼辦?跟舌繫帶有關嗎?

一、何謂口齒不清?

口齒不清在臨床上稱為「構音異常」，也就是一般常說「臭乳呆」。所謂「構音」，是指從肺部出來的空氣，通過聲帶振動後，再經由唇、舌、牙齒、上顎、咽喉等位置的修正、摩擦或阻斷而發出的語音。倘若在構音過程中，構音的方法、位置或動作協調出了問題，使語音發生語音替代、省略或歪曲等不正確的現象。如：阿公唸成→阿東，風箏唸成→繃箏，蘋果唸成→贏我，就稱為構音異常。構音異常是最常見的兒童語言問題，造成構音異常的原因至今仍未確知，可能與孩童語音聽辨力、口腔靈敏度或口腔的動作協調能力之好壞有關。

幼兒在學習語言的過程中，出現口齒不清是一個正常的發展現象。根據研究顯示，除了捲舌音「ㄅㄆㄇ」發展較慢外，大多數3歲半至4歲兒童就可以說得清楚大部分語音，因此孩童在3歲半以前說話有口齒不清的現象，可以觀察，若四歲以後仍有構音異常的現象，就需介入治療。

二、口齒不清跟舌繫帶有關嗎?

許多爸爸媽媽見到小孩有口齒不清的毛病，心裡都十分著急，怕長大後發音不正常，要帶寶寶到門診要求醫師剪掉舌繫帶，到底口齒不清跟舌繫帶過短有沒有關係?

所謂舌繫帶，就是一般所指的“舌根”，是指舌部腹面與口腔底相連的一條小帶子，只要翹起舌尖就可看到。而所謂舌繫帶過短，也就是俗稱的「舌根短」，是指舌頭因舌繫帶短縮而無法充分伸出，一般的想法是認為舌繫帶會拉緊舌頭而限制舌尖的運動，引起構音異常，因此只需剪一剪舌繫帶，構音異常現象自然會好轉，這種觀念不正確。

事實上，許多構音異常的孩童經檢查並沒有舌繫帶過短的現象，也無法因舌繫帶切除手術而構音轉成正常。真正有舌繫帶過緊情形(舌頭伸長程度無法超過嘴唇，伸出呈現W形，或是蘋果形)非常少，若是確定有舌繫帶過短而可能影響構音的情形，會安排轉診至耳鼻喉科作舌繫帶切除術。

三、口齒不清如何治療，幾歲是適當的治療時機?

若孩童在4歲之後，仍有明顯的構音異常現象，就需要接受語言

療。四歲以後至入小學前是接受治療的最佳時機，構音異常的治療效果極佳，約6個月的時間內就可以矯正好，一般希望在入小學之前矯正完畢，讓小朋友擁有清晰的口齒進入小學，避免因發音不清影響和老師同學溝通，或是因此影響注音符號或拼音的學習，甚至因此被同學嘲笑，引起自卑感，繼而不肯開口說話或是拒絕上學。

尋求治療時，建議您先到小兒科或復健科醫師求診，由醫師判斷是否只是單純的構音異常，或是可能合併其他語言問題、認知問題、口腔動作問題、舌繫帶問題，甚至是聽力問題。若是單純的構音異常，會轉介至語言治療老師尋求構音矯正的協助。

四、日常生活中如何幫助口齒不清的孩童？

對於語言正在發展的幼兒，應著重在促進幼兒語言能力的發展，而不是發音矯正，以免幼兒因此排斥說話。若孩子已經開始接受構音矯正訓練，父母可以配合語言治療老師的指導，在日常生活中鼓勵他慢慢地說清楚說完，不要中途打斷糾正，之後可以用正確的方法重說一遍，並回答他的問題，同時也可以設計一些遊戲讓孩子多做語音練習。當孩子說得很清楚時，要立即鼓勵他，增強他的信心。

參考資料：

曹真、梁昭絃(2017)·新北市醫學中心 4-6 歲兒童言語-語言發展障礙之特徵·台灣復健醫學雜誌，38(3)，159-168。

諮詢電話02-26723456轉6961

行天宮醫療志業醫療財團法人恩主公醫院

護理部內部文件，未經書面同意禁止翻印