

童損

聲線問題致形象受損

兒童聲線問題非常普遍，養和醫院言語治療師阮端凝說，據一項美國研究顯示，百分之六至九的適齡學童都有聲線問題，當中八至十歲的學童較大機會有聲線問題。在男女生比例方面，在十一歲前，聲線有問題常見於男童；而在十三歲之後，則較常見於女童。

聲線問題會對兒童產生負面影響，包括影響能否有效地與別人溝通、社交發展、學業成績及自尊心。在香港及海外均有研究指，聲線有問題的兒童在說話時，聆聽的一方會對兒童產生一連串的負面印象，認為兒童是生病、不開心、沒有禮貌、醜樣、污穢、性格殘忍、壞孩子、沒有價值及不誠實。



養和醫院言語治療師
阮端凝

何謂聲線問題？

家長應如何界定兒童有聲線問題？阮端凝說，正常兒童的聲線應是跟性別及年齡配合，是柔和的，說話時不會令聆聽者分心。

相反，若兒童在說話時的音量、音高、共鳴及音質是跟其年齡及性別有所不同，例如說話時聲線沙啞、沒有力氣、男孩過分高音、女孩過分低音、過重鼻音，太大聲或太細聲。此外，小孩在說話或唱歌時感到疼痛及不適，家長都需要留意。

▼運動會時過度呼叫可致聲帶受損。



兒童聲帶病變

引致兒童聲線問題的原因較多，可是因為疾病例如感冒，或不當地使用聲線而引致聲帶變化如聲帶癒肉或聲帶小結而引起。較為嚴重的聲帶或喉部異常亦可引致聲線問題，這包括先天性的病例如喉聲門下狹窄、聲帶麻痺的神經病變，或長有腫瘤。

研究顯示，百分之三十八至七十八的兒童聲線問題，都是由聲帶小結引起。另外，持續性的咳嗽、清喉、敏感、缺水或胃液倒流都可導致聲線問題。

兒童聲線障礙症狀

1. 聲音沙啞或粗糙、說話時喘氣。
2. 講話音量不足。
3. 說話或唱歌時出現短暫失聲。
4. 走音，聲音突然升高或降低。
5. 唱歌時無法維持音準。
6. 發聲感到困難或很費力。

引起聲線問題的情況

另外，兒童有以下的情況，可能較大機會出現聲線問題：

1. 家庭成員喜歡大聲談天。
2. 慢性哮喘及敏感。
3. 經常患上呼吸道感染。
4. 胃酸倒流。
5. 情感障礙，喜怒無常的性格及過度活躍症。
6. 行為問題。
7. 成長期間在家庭內外或社交引致過度的心理壓力。
8. 外向及好勝的性格、容易以情緒化行為去表達自己。



▲ 兒童參加合唱團時應避免過度練習，學懂正確地運用聲線。

治療聲線障礙

兒童患聲線障礙後可影響日常生活以致學業成績，阮端凝說，當家長發現兒童有病徵時，可見言語治療師以及耳鼻喉專科醫生診斷。言語治療師可詳細評估兒童的聲線亦會詳細紀錄兒童的家庭狀況、行為管理、健康及性格等，以找出聲線障礙的根源。

言語治療師會向家長解釋病因，如有需要，言語治療師會建議兒童接受聲線治療。聲線治療可包括教導兒童正確地運用聲線，練習增加聲帶活動，如何運用聲帶，說話時的呼吸、音量及用聲時如何減少頸部的壓力，保護喉部。☑

預防兒童聲線受

清晰悅耳的聲線可以清楚地表達自己，吸引注意力及有助與人溝通。兒童玩耍時喜歡放聲大叫、說話過多、過度哭鬧及疾病都會令兒童的聲線受損，除影響健康及學業成績外，更會令自尊心受創，家長切勿掉以輕心，應該提醒兒童留意發聲及保護聲線，嚴重時及早求醫治療。

撰文：黃敏寧 設計：張文彪

可傷害聲帶的活動

1. 過度說話及唱歌例如兒童參加話劇或合唱團過度練習；在環境嘈吵地方大聲呼叫；運動會時擔任啦啦隊。
2. 用力發聲可導致聲帶受損。
3. 經常咳嗽、打噴嚏時用力過度、又或是小孩生病時缺乏休息。
4. 大喊大笑：發脾氣時過度大聲發洩。
5. 大聲疾呼、歡呼及尖叫。
6. 經常清喉：每一次清喉都會令聲帶受損。
7. 扮聲：兒童扮聲或使用假聲可使聲帶受損。
8. 喉嚨乾涸：經常服用某類藥物（如咳藥水）、敏感、咖啡因及用口呼吸可致喉嚨乾涸。
9. 身體缺乏水分：少飲水，良好聲線是需要水的滋潤。

▶ 情緒起伏，經常大喊大笑可引致聲線障礙。

