

我的小孩又沙啞了—兒童嗓音異常

文／復健科語言治療師 林學民

壹、什麼是嗓音異常？

在嗓音的音質、音量、音調、共鳴的表現上，不同於同齡、同性別者或自己覺得嗓音有問題的人，像是可能會有音質表現不佳(粗糙聲、氣息音、拉緊音)、音量過大或過小、音調過高或過低、鼻音過重或鼻音不足等現象。例如：剛從學校參加運動會回來的小孩，聲音變得低沉、沙啞。

貳、為什麼會出現嗓音異常？ 兒童嗓音障礙成因分為以下三大類：

一、器質性因素

- 也就是構造上的問題，發聲器官受到影響。
 - 例如：
 - ✓ 下聲門狹窄、聲帶蹼、肉芽腫、乳頭狀瘤、聲帶囊腫…等
 - ✓ 腦性麻痺、聲帶麻痺
 - ✓ 頸咽閉鎖不全導致鼻音過重、鼻音不足、鼻氣流逸出

二、功能性因素

- 說話時，發聲器官過度緊張或不當用力而造成異常，原本構造沒問題，但長時間的不當使用會造成構造上的變化。
 - 例如：孩子在學校的吵雜環境下與同學玩時喜歡大聲喊叫、尖叫，或是常因情緒不佳就大吼大叫，這將造成喉部不當的緊張、用力；長久下來，可能會造成聲帶結節、接觸性潰瘍。
 - 出現的症狀可能有聲音沙啞、說話費力、喉嚨乾燥疼痛等。

三、其他因素

- 例如：過敏、氣喘、胃食道逆流、聽損…等
- 可能是後天的疾病(胃食道逆流)，造成構造上的問題(喉部乾燥、紅腫)

參、處置與建議

若出現上述症狀，建議先尋求耳鼻喉科醫師的協助，判斷是否有構造上的問題，如果有的話，先針對器官問題給予適當藥物或手術治療。若排除為器官問題，則可轉介至語言治療師，判斷是否因為用聲方式、習慣上的問題，進而導致嗓音問題的產生；治療師再根據評估結果，了解造成孩童嗓音障礙的成因，進一步進行衛教與治療。

肆、嗓音保健：需家長、學校老師、同儕多提醒

- 避免在吵鬧環境下大聲喊叫
- 生氣的時候大吼大叫於事無補
- 自己感覺到不舒服就要多喝水、多讓聲帶休息
- 家中成員需以身作則