నత్తి ఎందుకొస్తుంది?

నత్తి చికాకు పెట్టే సమస్య. మాట్లాడటంలో చాలా ఇబ్బంది కలిగిస్తుంది. ఇది గలవారికి చెప్పాలనుకునే విషయమేంటనేది తెలుసు. కానీ చెప్పటానికే ఇబ్బంది పడుతుంటారు. అవే పదాలను వల్లె వేస్తుండొచ్చు. కొన్నిసార్లు ఒక్క అక్షరమే బయటకు రావొచ్చు. మొత్తం పదం, వాక్యం పలకటం కష్టమవుతుంది. నత్తి పిల్లల్లో..

అబ్బాయిల్లో తరచూ చూస్తుంటాం. ముఖ్యంగా 2-5 ఏళ్ల వయసులో ఎక్కువ. పెద్దవారిలో సుమారు ఒక శాతం మందిలో, పిల్లల్లో దాదాపు 5% మందిలో కనిపిస్తుంటుంది. సాధారణంగా నత్తి గల పిల్లలు 70 నుంచి 90 శాతం మంది ఏడేళ్ల వయసుకు వచ్చేసరికి వాళ్లంతట వారే బయటపడుతుంటారు. పెద్దవారిలో హఠాత్తుగా నత్తి రావటం అరుదు.

ఇంతకీ పిల్లలకు నత్తి ఎందుకొస్తుంది? నిజానికి వీళ్లు తెలివి గలవారు. కొన్నిసార్లు ఆలోచనల కన్నా మాట్లాడటానికి అవసరమైన కండర కదలికల సమన్వయ వేగం తక్కువగా ఉండొచ్చు. అంటే మాట్లాడే వేగం కన్నా ఆలోచనల వేగం పెరిగినప్పుడు పదాలు, వాక్యాలు నత్తి నత్తిగా వస్తుంటాయి.

దీంతో గాబరా, ఆదుర్దాకు లోనవుతారు. సమస్య తీవ్రమవుతూ వస్తుంటుంది. నత్తికి కొంతవరకు జన్యువులూ దోహదం చేయొచ్చు. కొన్ని కుటుంబాల్లో ఎక్కువ మందికి నత్తి ఉండటం చూస్తుంటాం. ఇది ఒత్తిడి, ఆందోళనకు గురైనప్పుడు మరింత ఎక్కువవుతుంది. కొందరికి అనుకరణతోనూ నత్తి అంటుకోవచ్చు.

మాటలతో సాధన

నత్తిని ఉన్నట్టుండి తగ్గించే మందేదీ లేదు. కానీ వీరికి స్పీచ్‌ థెరపీ బాగా ఉపయోగ పడుతుంది. ఈ చికిత్సతో పాటు ఇంట్లో పిల్లలకు మాట్లాడటంలో కొంత శిక్షణ ఇస్తే మరింత ప్రయోజనం కనిపిస్తుంది.

నోటి నుంచి మాటలు వెలువడటానికి ముందే మెదడులో వాక్యాలు ఏర్పడతాయి. కాబట్టి నెమ్మదిగా మాట్లాడేలా అలవాటు చేయటం ముఖ్యం. రాగం తీస్తున్నట్టు మాట్లాడేలా చూడటమూ మంచిదే. నత్తి ఎక్కువగా ఉన్నవారు కూడా పాడేటప్పుడు తడబడరు. అందువల్ల పాటలు పాడటం, గాత్ర సంగీతం నేర్పించాలి.

కొందరు నత్తిగా మాట్లాడుతున్నప్పుడు పిడికిలి బిగించటం, కళ్లు మిటకరించటం, కండరాలు బిగించటం వంటివీ చేస్తుంటారు. అందుకే ఆందోళనతో నత్తి వస్తుందని భావిస్తుంటారు. కానీ ఆందోళన తగ్గించే మందులతో ఎలాంటి ఉపయోగమూ ఉండదని బయటపడింది.

నత్తికి తొలిదశలోనే చికిత్స చేయటం మంచిది. లేకపోతే ఆత్మ విశ్వాసం కొరవడే ప్రమాదముంది. నలుగురితో కలవలేక చదువులో వెనకబడొచ్చు. ఉద్యోగాల్లో పూర్తి స్థాయిలో రాణించకపోవచ్చు.

మా అమ్మాయి వయసు ఆరేళ్లు. సరిగా మాట్లాడలేకపోతుంది. నత్తి, తడబాటు కనిపిస్తున్నాయి. తను మాట్లాడే మాటలు కూడా సరిగా అర్థం కావడం లేదు. ఈ సమస్య వల్ల పాపని నలుగురిలోకి తీసుకెళ్లాలంటే ఇబ్బందిగా ఉంది. ఇది ఆరోగ్య సమస్యా? ఏ డాక్టర్‌కి చూపిస్తే ఫలితం ఉంటుంది? ఎలాంటి జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలి?

జ. పిల్లలు ఎదిగే క్రమంలో పలు మైలురాళ్లను దాటుతుంటారు. ఇందులో మాటలు మాట్లాడడం కూడా ప్రధానమైనది. అయితే కొంతమంది పిల్లలు ఈ మైలురాయిని సరిగా దాటలేకపోతున్నారు. ఈ క్రమంలో మాట్లాడేటప్పుడు నత్తి, తడబాటు వంటి సమస్యలను ఎదుర్కొంటున్నారు. వీటిని లాంగ్వేజ్‌ డిజార్డర్‌ అంటుంటాం. ఇందులో భాగంగా నత్తి, తడబాటు.. వంటి సమస్యలు ఎక్కువగా కనిపిస్తున్నాయి.

నత్తి అనేది పిల్లల్లో పలు కారణాల వల్ల వస్తుంటుంది. కొంతమందిలో జన్యుపరంగా ఈ సమస్య వస్తుంటుంది. అంటే.. వారి తల్లిదండ్రులు, ఇతర కుటుంబ సభ్యుల్లో ఎవరికైనా నత్తి ఉంటే పిల్లలకు కూడా వస్తుంటుంది. మరికొంతమందిలో గందరగోళం వల్ల కూడా నత్తి వస్తుంటుంది. అంటే ఇంట్లో మాతృభాష మాట్లాడడం, బయట మరో భాష మాట్లాడడం వల్ల పిల్లలు గందరగోళానికి గురవుతుంటారు. దానివల్ల కూడా నత్తి వస్తుంటుంది. ఈ సమస్య ఒక ప్రాంతం నుంచి మరో ప్రాంతానికి వలస వచ్చిన వారిలో ఎక్కువగా కనిపిస్తుంటుంది. అయితే చాలామందిలో మాత్రం నలుగురిలోకి వెళ్లకపోవడం (సోషల్‌ ఇంటరాక్షన్‌ లేకపోవడం) వల్ల నత్తి వస్తుంటుంది. ఇంట్లో తోబుట్టువులు లేకపోవడం, గ్రాండ్‌ పేరెంట్స్‌కి దూరంగా ఉండడం, ఇతరులతో ఎక్కువగా కలవకపోవడం.. వంటివి ఇందుకు కారణాలు. ఇలా మీ అమ్మాయి నత్తికి గల కారణాన్ని అన్వేషించండి. దానికి తగిన పరిష్కారాన్ని వెతకడంతో పాటు స్పీచ్‌ థెరపీ వంటివి ఇప్పిస్తే చాలావరకు నత్తి సమస్యను తగ్గించుకోవచ్చు. చాలా కొద్దిమందిలో నాలుక మందంగా ఉండడం వల్ల నత్తి వస్తుంటుంది. ఇలాంటివారికి తగిన చికిత్స అందించడం వల్ల సమస్యను దూరం చేయచ్చు.

ఇక రెండో సమస్య తడబాటు.. మాట్లాడే మాటల్లో స్పష్టత లేకపోవడం, వేగంగా మాట్లాడడం, ఏదో ఒకటి త్వరగా మాట్లాడాలి అనుకోవడం వల్ల ఈ సమస్య వస్తుంటుంది. దీనిని ప్రాక్టీస్‌ ద్వారానే నయం చేసుకోవచ్చు. మీ అమ్మాయి వయసు ఆరేళ్లని చెబుతున్నారు. కాబట్టి తను మాట్లాడుతున్నప్పుడు తప్పులను ఎత్తి చూపకుండా జాగ్రత్త పడండి. ఒకవేళ తప్పులను ఎత్తి చూపిస్తే.. మాట్లాడితే ఎక్కడ తప్పులు వస్తాయేమోనని క్రమంగా మాట్లాడడం మానేసే అవకాశం ఉంటుంది. కాబట్టి అలా తప్పులను ఎత్తి చూపకుండా ఎక్కువసేపు మాట్లాడించడానికి ప్రయత్నించండి. ఒకేసారి ఎక్కువ మొత్తంలో కాకుండా రోజుకు 10 పదాలను లక్ష్యంగా పెట్టుకుని ప్రాక్టీస్ చేయించండి. దీనివల్ల క్రమంగా మీ పాప ఈ సమస్యను అధిగమించే అవకాశం ఉంటుంది.

ఇంట్లో ఘర్షణ వాతావరణం, బిన్న అభిప్రాయాలు కల దంపతులు, పిల్లల ముందు వాదులడుకునే దంపతులు వంశ పారంపర్యంగా వచ్చే సమస్య అంటే తల్లిదండ్రులకు ఇంట్లో ఉండే పెద్ద వాళ్లకు నత్తి సమస్య ఉన్న ఇది వస్తుంది.