

感覺統合與職能治療

復健科編製

一、疾病介紹

當傳遞感覺的路徑或處理感覺訊息的大腦出現「經常性的錯誤」時，這就是所謂的「感覺統合失調」。造成感覺統合失調的原因可分為「感覺輸入問題」及「動作整合問題」兩類。

二、病理成因

造成孩子感統失調並沒有特定的原因，但歸因可能原因如下：遺傳因素、環境因素、腦部缺氧、未提供適當的感覺刺激…等。

其中，以第四點為現在最常遇到原因，主要因為：

- 現代雙薪家庭多，嬰幼兒托育的環境不佳，如活動空間太小，保母怕吵、怕危險、怕孩子弄的髒亂…等。
- 有些年紀較大的保母或祖父母，自己不愛動而限制孩子的活動，或減少帶孩子外出活動的機會。
- 有不正確的觀念，如：認為安靜、乖巧的才是好孩子、乖孩子。
- 過分保護，不讓孩子自己有學習、練習的機會，因而讓孩子養成依賴的心理…等。

三、什麼是感覺統合？

感覺統合這一詞最先是由美國的珍·艾莉絲（Jean Ayres）博士所提出的，根據她的理論，兒童在7歲以前的成長與學習，都是經由感覺刺激而來的，並藉由主要感覺（視覺、聽覺、觸覺、前庭覺、本體覺）及次要感覺（味覺和嗅覺）的刺激，來滿足他們探索這個世界的需求，並促進他們的動作發展及大腦的發育。

將這些外在的感覺刺激，註冊到大腦之中並產生一個合適的反應，這樣的過程與能力便稱為感覺統合。

反之，若孩子若出現以下問題，例如：在公園玩溜滑梯，結果怎麼哄孩子就是不敢溜下來、大哭大叫、冷汗直流（過度反應）；或是，受了傷卻無動於衷，毫無感覺，雙腳常常佈滿瘀青（太不敏感），建議您帶孩子到到相關醫療機構接受檢查評估，把握早期矯正的先機。

四、 職能治療的目的

感覺統合治療與一般的遊戲不同，它乃由專業人員設計符合小孩發展上的需要，且具目標性以促進神經系統統合功能的活動，並非僅是遊戲，或特定運動技巧的練習，或體力耐力的訓練。

感覺統合治療乃利用懸吊性器材及特殊設計器材，讓小朋友在多變化的活動中得到豐富的觸覺、本體覺以及內耳前庭覺刺激，並挑戰其動作計畫能力，以發展有效學習技巧的神經功能。

它是依個別差異或需要而設計的活動，並非公式化或機械式的體能活動。由於感覺統合治療具有可讓小孩探索環境的特質，治療師會依小孩的能力而調整活動之難易度，以激發其成功的調適性反應。

五、 治療計畫及建議活動

感覺統合有三大主要感覺系統：觸覺系統、前庭系統以及本體系統，其功能與建議活動分別如下：

觸覺系統：

觸覺是提供我們有關周圍環境的訊息最主要的來源，可以讓小朋友避開危險、探索世界，同時，它對小朋友心理社會化的發展也非常的重要。建議家長可給予孩子的活動如下：

1. 炒豆子：拿一個箱子，並在裡面放置豆豆或沙子讓孩子徒手進行翻炒，另外也可以將小玩具放在箱子內，要求孩子找出（如下圖【1】）。
2. 小畫家：指畫、沙畫。
3. 刷澡：平常幫孩子洗澡時，可以不同材質刷澡巾給予孩子不同觸覺刺激。
4. 以治療刷為孩子四肢及背部，以下壓方式進行刷澡活動（如下圖【2】）。



圖【1】



圖【2】

前庭系統：

能使小朋友去感受到地心引力的作用，及身體各種形式的移動及運動。而前庭系統在腦幹部的前庭神經核，能夠經由上行或下行神經通路及腦幹本身的功能，影響其他的感覺系統。建議家長可給予孩子的活動如下：

1. 直線走平衡木或長形花台架（如下圖【3】）。
2. 以膠布貼兩條直線（約 15~20 公分寬），並且練習由中間穿越不超出線外。
3. 不倒翁：讓孩子站在一方格內伸出雙手，父母試著去推孩子的手，要求孩子試著保持平衡不移動（如下圖【4】）。
4. 單腳跳躍移動（如下圖【5】）。



圖【3】



圖【4】



圖【5】

本體感覺：

主要是經由肌肉、關節或骨骼等受器而來的訊息，而其對感覺統合最大的功用，是維持肌肉正常的收縮，使關節能夠自由活動，因為動作是促進感覺統合發展最主要的途徑。建議家長可給予孩子的活動如下：

1. 靜止雙手推牆壁（如下圖【6】）。
2. 小狗郵差：以小狗趴的姿勢在地上爬行前進（如下圖【7】）。
3. 小牛耕田：要孩子在趴姿下，由另一個人將孩子雙腳抬起，以手前進（如下圖【8】）。
4. 爬山：可爬棉被山、攀爬架，或爬溜滑梯向上（如下圖【9】）。



圖【6】



圖【7】



圖【8】



圖【9】

六、注意事項

1. 目標設定必須依照小朋友的能力，並且往上增加一個難度。
2. 以主動參與為原則，不過分強迫孩子，以遊戲誘導為主。
3. 治療目標必須重複練習並加強。
4. 依據小朋友的內在驅力來設計活動。
5. 少量多餐，每日練習 10 分鐘比每週練習 1 個小時效果好。

若有任何問題請諮詢您的醫師或職能治療師！

聯絡電話：(02)8966-7000 分機：1516

編印單位：復健科
編印單位：復健科
編印日期：2019 年 05 月 30 日第 4 版
全院編碼：亞東醫院出版品 SH660
材物編碼：4D232
宗旨：持續提升醫療品質
善盡社會醫療責任