



# 感覺統合O&A

## 觸覺篇(上篇)





# 感覺統合Q&A

## 觸覺篇(上)

2022年5月

**問題：**怎樣可以發現小朋友有觸覺敏感？

**答案：**觸覺敏感可在小朋友的日常生活中觀察得到，例如：

- 抗拒洗澡，不喜歡花灑的水流過自己的臉或身體
- 不喜歡剪頭髮 或 頭髮碎跌在自己的臉上
- 不喜歡某些質地的衣服
- 用手拿起衣服上的標籤，不讓它碰到身體
- 不喜歡赤腳行 或 避免行草地／沙地
- 不能接受自己的皮膚或衣服濕了，要立即除下來及更衣
- 不喜歡被別人碰到，接受不了輕觸的感覺
- 不喜歡洗臉
- 不喜歡刷牙

以上都是一些有觸覺敏感的例子，如家長發現小朋友有以上的表現，那麼小朋友便可能有觸覺上的敏感。

**問題：**如何改善觸覺敏感？

**答案：**在資料上來說我們會推薦用治療刷和關節按壓的手法。家長可請教自己的治療師，如何做觸覺減敏的按摩擦身。按摩刷身可給予小朋友一個比較容易接受的觸覺輸入，從而減低他們對於觸覺上的敏感，這手法需持之以恆，每天需要進行數次，進行一段時間後才能看到效果。除此之外，治療師的取向是只要不影響生活，我們會容許小朋友去做某些行為，例如：小朋友不喜歡穿蕾絲質地的衣服，家長可選擇其他質地的衣服代替；小朋友因為衣服上的標籤而不肯穿，那我們便把標籤剪掉。若小朋友不願意洗臉／抹臉，這些可能會影響日常生活的問題，我們便必須介入這些行為，我們會借意摸摸他們的臉及耳朵，乘機幫他們減低敏感度。久而久之，你會發現他們可以給你抹臉或洗臉。至於小朋友不肯刷牙，我們會在口腔內有專業的按摩手法，但每一位小朋友需要的手法及動作都不同，所以需要請教自己的治療師，看看那些手法及動作適合小朋友，從而改善觸覺敏感。