



孩子的「一口」飯餐

一口和牛，很吸引，聽到已很是期待、高興，是吧？

但如你的孩子在三、四歲以上，進食各種菜式都是「一口」*，那就絕不可喜了！

幼稚園階段

當孩子還是幼童時，家長往往會遷就孩子：一來怕他們吃飯的時間過久，二來怕他們不肯咀嚼，故乾脆把食物剪碎予他們進食。久而久之，家長亦習慣把所有食物「碎上」，甚至狹窄了食物的選擇。另有些孩子放進了一口食物後(好吧，一口未免太誇張，多幾口吧!)，則不願再吃下去！

升上了小學

有些孩子升上了小學後，開始吃「學校飯」。一個月的ABCN餐選擇中，我發現有些學生所選的，全是「軟稔」、「免治」的飯餐。另有些學生雖選了有「肉扒」或「肉片」的飯餐；但我從老師口中得知，他們卻把肉剩下。



顎肌及舌頭訓練之治療工具

個案實錄(一)

年齡：三歲半

進食情況：

- (1)每口食物留在口裏很久才吞下去，每餐吃飯時間用上一個小時以上。
- (2)喜歡較稔的餸菜(如蛋、豆腐)。
- (3)如吃肉，只肯吃一兩口，並一定要剪成粒狀。
- (4)吞嚥時，較易觸發嘔吐反應。

診斷：

- (1)舌頭後部、上下牙齦高度敏感
- (2)顎肌張力及活動持久力不足
- (3)咬食時顎骨分級調控力未如理想
- (4)咀嚼時面頰活動較少
- (5)舌頭整體控制較弱，後縮動作較弱

治療：

口肌感知訓練、下顎骨、顎肌及舌頭訓練、餵食訓練

個案實錄(二)

年齡：七歲半

進食情況：

- (1)每口食物之間需隔較長時間才放進口裏，每餐吃飯時間用上一個小時以上。
- (2)不肯吃肉。
- (3)進食軟稔食品如麵包，也要撕成「一口」才肯進食。

診斷：

- (1)顎肌張力及活動持久力不足
- (2)咬食時顎骨分級調控力未如理想

治療：

下顎骨、顎肌訓練、餵食訓練

當家長與那位七歲半的孩子回來覆診時……

家長：「阿仔終於第一次自己擺住雞髀食！唔駛等佢一個鐘先食完飯，而且他終於享受我為他預備的餸菜啦……！」

孩子：「姑娘，雞髀好好味呀！」

*指食物體積小，一口便能放進口裏