

~感覺統合知多少~

臺北榮總 復健醫學部 職能治療師 李宜玟

◎ 何謂「感覺統合」？

「感覺統合」是指人體會組織從自己身體上或外在環境中而來的感覺刺激，經過大腦統整後使我們能做出適當的反應並產生有效率的行為。

◎ 當感覺統合功能發生異常時，會產生哪些障礙呢？

簡單來說，主要分為「感覺調節障礙」與「動作運用障礙」兩大類型，前者包含觸覺、本體覺、前庭覺、視覺、聽覺、嗅味覺等感覺的過度敏感或不敏感，後者則包含肢體動作不協調、動作笨拙等。

以下舉例在孩童中最常見的感覺統合障礙：

1. **觸覺敏感**：不喜歡穿緊身衣物或衣服上的標籤，當被別人碰觸時會有情緒化或攻擊反應，不喜歡排隊時與他人靠太近等。
2. **聽覺敏感、聽覺篩選障礙**：對於突發性或不大的聲音會有摀耳朵、哭鬧等很大的負面反應，在有背景聲音(如電扇)的環境下很難專心等。
3. **動作敏感**：當雙腳離開地面時(如盪鞦韆)會很緊張害怕，不喜歡頭被倒過來的活動(如翻筋斗)等。
4. **反應低下/尋求感覺刺激**：在動態活動中容易興奮過頭，不停的動、坐立難安以至於影響到日常生活，喜歡到處觸摸他人及物品等。
5. **動作計劃問題**：粗大或精細動作不協調、手眼不協調、動作顯得笨拙、容易撞到東西或絆到腳等。

◎ 若懷疑家中孩童疑似有感覺統合問題時，該怎麼辦呢？

家長可以諮詢專業的職能治療師，職能治療師將會透過評估、訪談和臨床觀察等方式來了解孩童的問題並釐清原因，接著再針對孩童的狀況給予個別化治療課程與衛教資訊。

◎ 感覺統合治療大概是怎樣的呢？

職能治療師在個別化治療計劃中，會透過「遊戲」的方式讓孩童達到預定的治療目標。治療活動中，職能治療師會提供適當的感覺刺激，使孩童在主動學習的過程中自我統整不同的感覺輸入，並誘發自身的動作計劃能力來完成具有挑戰性的任務，最後藉由感覺統合功能與動作協調的提升來促進孩童的日常生活能力與在各種不同情境中的參與度與適應力。

以下為幾種常見的感覺統合遊戲活動：

1. 用來減敏感的觸覺刷按摩以及給予觸覺刺激的感覺箱
2. 給予深壓覺刺激的重壓活動
3. 給予前庭覺和本體覺刺激以及動作協調訓練的滑車與懸吊器材遊戲

參考文獻

1. Bundy, A. C., Lane, S. J., Murray, E. A. (Eds.).(2002). *Sensory Integration: Theory and Practice* (2nd ed.). Philadelphia, PA: F. A. Davis.
2. 曾美惠與陳姿蓉(民 97)。感覺處理能力剖析量表(中文版)使用者手冊(原作者：Dunn, W.)。臺北市：中國行為科學社股份有限公司。(原著出版年:1999)