

# 我的寶貝有感覺調節的問題嗎？

時常覺得您的寶貝好像沒什麼反應?一整天動來動去停不下來?對很多東西都非常的敏感?  
時常焦慮、情緒起伏大?先別著急別生氣,或許是感覺調節的問題。

## ● 何謂感覺調節？

中樞神經系統將外界輸入的刺激分級調節,讓我們得到的感覺不會太過刺激或完全沒感覺。

## ● 感覺調節問題分為四類：

分類	反應	舉例
1. 低註冊	沒反應慢半拍	◇ 呆呆傻傻地沒反應慢半拍 Ex:沒發現敲門聲、有人走進來 ◇ 對危險的警覺度低 Ex:明明跌得很重卻不痛不哭
2. 感覺尋求	不斷尋求刺激	◇ 非常愛盪鞦韆、溜滑梯且從不覺得頭暈 ◇ 每天動不停,毫無目的的閒晃 ◇ 像無頭蒼蠅,做沒有計劃沒有組織性的事情
3. 敏感	常常感覺備受威脅	◇ 時常焦慮、不安、莫名的發脾氣 ◇ 不喜歡被觸碰、怕高、怕搖晃
4. 感覺逃避	逃避感覺訊息進入	◇ 挑剔衣服的質料 ◇ 只吃某種食物 ◇ 不敢摸、踩特殊材質的東西

## ● 原因及治療：

分類	原因	治療
1. 低註冊	無法注意或接受到環境中的相關訊息	◇ 直線速度感的前庭刺激 ◇ 關節壓縮和拉扯的本體覺刺激
2. 感覺尋求	需要的刺激不足,所以主動地尋求刺激	◇ 深壓的本體覺 Ex:揸書包、搬重物
3. 敏感	過度敏感:	◇ 調整環境
4. 感覺逃避	一般人不覺得會造成威脅的刺激都會讓他們不舒服、焦慮	◇ 減敏感訓練 ◇ 給予本體覺刺激

職能治療師：林靖婷

電話：(04)2461-4546 轉 88879