

5. เล่นเกมส์เพื่อช่วยเพิ่มความแข็งแรงและการควบคุมกล้ามเนื้อหน้า และลิ้น เช่น เริ่มสอนให้เด็กเป่าขนนก ฟองสบู่ แตร ฯลฯ เมื่อกล้ามเนื้อของเด็กแข็งแรงขึ้น สอนให้เด็กรู้จักเป่าฟองสบู่และเป่าลูกโป่ง หรือเป่าน้ำโดยใช้หลอดกาแฟ ให้เด็กแสดงสีหน้าในรูปแบบต่างๆ และแลบลิ้นออกมาขณะส่องกระจก สอนให้เด็กเสียวยิ้มฝิกให้เด็กแลบลิ้นออก จากริมฝีปากด้านหน้า และด้านข้าง โดยป้ายแยมเล็กน้อย หรือหยดน้ำผึ้งลงบนริมฝีปากเพื่อให้เด็กเสียวเข้าปาก

6. เมื่อเด็กโตขึ้น สอนให้เด็กรู้จักความหมายของคำว่า “กลืน” โดยพูดว่า “กลืนนมของหนูสิจ๊ะ” ในขณะที่เด็กดื่มนม ซึ่งจะช่วยให้เด็กรู้ว่าเขาต้องทำอะไร เมื่อบอกให้เขากลืนน้ำลาย

7. ถ้าเด็กเพลอตัวปล่อยให้น้ำลายไหล ก็จงเตือนเด็ก และชมเชยเมื่อเขาพยายามทำตาม

จงหลีกเลี่ยงการดูว่า การทำโทษ และไม่ย่ำถึงความผิดของเขา

หากเด็กมีความลำบากในการเลียนแบบการกลืน ให้ช่วยโดยการลูบเบาๆ ที่ลำคอส่วนใต้คางลงหาลำตัวเด็ก เพื่อให้เกิดการเคลื่อนไหวของกล้ามเนื้อลำคอ และลูบริมฝีปากล่างและบนให้ปิด



8. เมื่อเด็กโตขึ้น ฝิกให้เขาเซ็ดปากและคางด้วยผ้าเซ็ดหน้า และรู้จักเก็บมันเอาไว้ในกระเป๋าสื่อเพื่อใช้ในครั้งต่อไป

การเข้าใจเด็กและช่วยเหลือเด็กให้ได้รับการฝิกอยู่บ่อยๆ จะช่วยให้บุตรหลานของท่านสามารถควบคุมการไหลของน้ำลายได้

พรรณิ แสงชูโต  
สิงหาคม 2548

# เมื่อเด็ก ยังมีน้ำลายไหล



สนับสนุนโดย

กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์

กลุ่มงานจิตวิทยา  
สถาบันราชานุกูล  
กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข

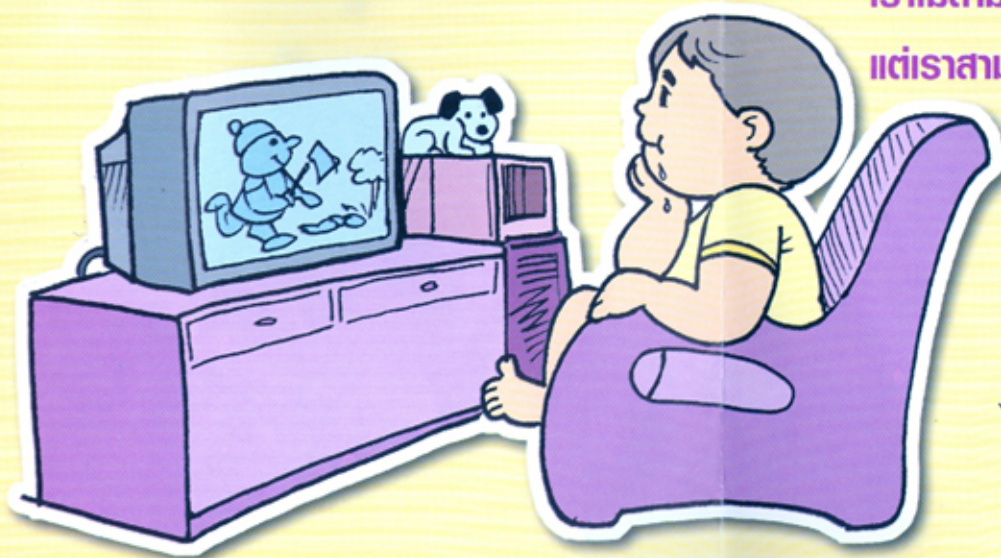
# เมื่อเด็กยังมีน้ำลายไหล

## อาการที่พบเห็นบ่อยๆ

เด็กอายุเกิน 2 ขวบแล้วแต่ยังมีน้ำลายไหลอยู่ ไหลย่อยจากปากลงมาที่คาง แม่มักเอาผ้าสีสวยผืนเล็กๆ ผูกไว้กับคอ เพื่อช่วยให้เสื้อผ้าไม่เปียก และทำให้เด็กสบายตัวขึ้น

เมื่อฟันเด็กเริ่มขึ้น น้ำลายยังไหลมากแต่ในบางเดือนก็ไหลน้อยลง แล้วกลับไหลมากขึ้นอีก

เวลาเด็กเล่นของเล่น หรือจ้องมองอะไรบางอย่าง น้ำลายเด็กจะไหลมากขึ้น เมื่อเด็กเริ่มหัดพูด น้ำลายเด็กจะไหลน้อยลง



## สาเหตุของการยังมีน้ำลายไหลของเด็ก

- เกิดจากกล้ามเนื้อของใบหน้าและลิ้นขาดการควบคุม เพราะพัฒนายังไม่เต็มที่
- โครงสร้างของขากรรไกรและฟันของเด็กไม่ดี
- เด็กขาดความสามารถในการฝึกควบคุมและยังไม่รู้จักที่จะเรียนรู้ด้วยตัวเอง
- มีความพิการของสมองตั้งแต่เด็ก



## เราไม่สามารถกลืนน้ำลายแทนเด็กได้ แต่เราสามารถช่วยเหลือเขาได้

1. สังเกตดูว่าเด็กพร้อมที่จะฝึกและช่วยเหลือตัวเองเกี่ยวกับการมีน้ำลายไหลหรือยัง สามารถเข้าใจในสิ่งที่เราบอกเขาหรือไม่ และรู้ตัวเองไหมว่ามีน้ำลายไหล



2. เริ่มสอนให้เด็กรู้จักปิดปากโดยแตะที่ขากรรไกรเบาๆ เพื่อเตือนให้เด็กปิดปาก หรือแตะริมฝีปากบนและล่างในลักษณะจับเม้มเพื่อกระตุ้นให้ปิดปาก

3. ติดกระจกไว้ให้อยู่ในระดับที่เด็กสามารถมองเห็นตัวเองได้บ่อยๆ เพื่อช่วยให้เด็กรู้จักควบคุมตัวเอง

4. ให้อาหารที่ต้องใช้การเคี้ยวแก่เด็ก เช่น ขนมกรุบๆ เนื้อ ของขบเคี้ยวนุ่มๆ ฯลฯ

