

喉外推拿加语音训练治疗男性 青春期变声异变

王志清* 于文君* 蔡懿庭*

摘要 应用呼吸练习、喉外推拿加语音训练治疗男性青春期变声异变 23 例,除 1 例未能坚持语言训练外,其余 22 例均降至生理话声的音高水平。

主题词 声嘶/按摩疗法 喉疾病/按摩疗法

男性青春期变声异变是男性变声期或变声期后的音声异常。主要表现为音调高,音量细,气息短,音控不稳,又称“男声女调”,多属功能性变化,是一种习惯性语音缺陷。除部分病例可行甲状软骨成形术纠正外,一般治疗均无明显效果。我科自 1982 年以来用喉外推拿加语音训练治疗 23 例,治疗前后均作录音对照,效果满意,小结如下:

1 临床资料

1.1 一般资料:23 例全为男性,均在变声期起病。就诊年龄为 14~36 岁,以 14~25 岁为多。自发现症状至就诊时间为 3 个月至 20 年,半数在 2 年内。

1.2 主要症状与体征:习惯性语音偏高;本组患者 100% 语音尖细偏高,习惯音调比正常男性生理性语音高 2~3 个音调,打电话时易被对方误为女性。音量弱、声时短;自觉说话费力、发声易倦者 18 例,占 78.2%,音量明显减弱,对方听不清者 3 例。治疗前声时 < 20 秒者 15 例,最短者仅 9 秒。音调不稳;声音不能自控,常有窜调及假声混合二重音者 11 例,占 47.8%。声音嘶哑:10 例,其中泄气声 3 例,粗哑声 7 例。

全部病例体检均未发现性腺功能不全。间接喉镜检查见声带充血、边缘肥厚者 7 例,声门闭合不全者 5 例。

2 治疗方法

包括呼吸练习、喉外推拿、降调练习 3 部分。

呼吸练习:先练习腹部呼吸,让患者感到腰粗腹收,使呼吸深长。改变患者普遍存在的胸式浅呼吸。随后让患者在安静的环境“意沉丹田”。每口气分 4 次呼出,每次间歇停顿 1 秒,用以抑制呼吸肌和喉内、外肌的紧张状态,调整头腔及胸腔共鸣能力。

喉外推拿:先点按廉泉、天突,由轻而重,得气后逆时针方向揉 30 次再顺时针方向揉 20 次。然后用拇指、食指分插在舌骨与甲状软骨侧板之间,将甲状软骨向后下推按并稳住,再用中指腹自环甲膜颈前正中中线处揉按,并向人迎、扶突穴按压。

降调练习:由医者定个低调(如钢琴 A 到 B 调,相当 110~123 Hz),示范真声,诱导患者发出同一元音“a”,掌握后选用念上声的字来带读,如鸪(ǎi)、袄(ǎo)。待单音音调降下后再带读词组、成语,结合日常用语的会话和读报来巩固。听读时要注意纠正患者仍可出现的假声反复。在矫治音调的同时要加强力度,增加语音响度音强及调整气息。

3 治疗结果

经呼吸练习、喉外推拿及 2~7 天音训,多数患者能将语音中高频反常的频率降下,再巩固 10~20 天,23 例中除 1 例不能坚持音训而未效外,余 22 例均把习惯性语音降到生理性话声的音高水平,声时都提高到 20 秒以上,且二重音消失,声控稳定。

4 讨论

男性变声期多于 13~15 岁,约需 6 个月到 2 年。变声期后一般降低一个 8 度音。变声

* 广东省湛江市第二人民医院耳鼻喉科,广东省湛江市民有路(524003)

收稿日期:1990-07-02;修回日期:1991-10-15

期时,喉神经和中枢神经之间的关系、声带肌与环甲肌的功能需重新协调,更新喉发声功能。少年期神经系统还不稳定,环境因素的刺激可导致情绪紧张,造成包括喉肌在内的全身肌肉张力改变。本组有3例因回答课堂提问而诱发起病。在女性较多的环境或认为女性声音比男的好听的男孩,会自觉不自觉模仿,靠就女性的语音音高来发音,形成习惯性高调语音。患者因怕别人讥笑,多不好意思在陌生人或众人面前说话,精神压抑,性格内向,有的甚至影响学业、就业和婚姻。

除部分病例因甲状软骨发育与声带长度不平衡需行甲状软骨成形术纠正外,我们认为相当部分病人可通过喉外推拿加语音训练达到矫治。为促进患者新的语音习惯形成和巩固,以住院治疗为宜。入院后让患者聆听其他患者治

疗前后对比的录音,有助其增强治疗信心。

喉外推拿有助声门闭合发出真声。念上声的字时,会厌及甲状软骨向下,舌面放平,舌根倒向后下,室襞外展,咽腔及喉腔均增宽。以字带调,常可事半功倍。

语音训练较单调乏味,降调下来后可选读文采丰富的诗词来增添其兴趣,每次训练不宜超过半小时。后期可练唱一些中音曲子,并录下音来,让患者听自己的音调、响度、气息和节律,来调控发音。

更正

本刊1992年第4期59页“议中医烙法之改进”一文作者单位“大连”应为“大庆”,特此更正,并向作者致歉。

HB-EDT 系列穴位诊断治疗仪

冀药器证字 050 号 冀药器宣字第 024 号

石家庄市医用电子仪器厂是国家生产医用电子仪器的定点厂。本厂最新研制、生产的 HB-EDT 系列穴位诊断、治疗仪经河北省医院、国际白求恩医院、解放军总医院使用,可以诊断消化、呼吸、心血管、神经、泌尿、妇科、肿瘤等五十余种疾病,配上各种类型的专用电极治疗板就可治疗:青少年近视眼、鼻炎、面瘫、结石、颈椎病、哮喘、妇科病、偏瘫等,总有效率在 96% 以上,深受各级医务工作者的欢迎。本仪器的特点是功能全、体积小、注塑机壳、造型美观、操作简便、重量轻,治疗无创伤,无副作用。

HB-EDT 袖珍全功能型穴位诊断治疗仪 该产品获科技进步成果奖。仪器采用人体信息反馈法,有声光定性显示和电流定量指示,一路治疗输出。专家评定各项性能指标达到国内同类产品的先进水平。该机适合门诊、家庭保健、乡镇卫生院等不同层次的需要,已行销美国、日本、香港等国家和地区。每台售价 180 元,邮资费 15 元。

HB-EDT 交直流两用穴位诊断治疗仪 专利产品,专利号 89205802.1。该机采用人体信息直接测量法探测人体变化,探测准确率较高。声光、数据同时显示,有数字记忆系统,便于观察。有四路三种治疗波输出。交直流两用,适合各种环境使用。已销往苏联等国。每台售价 1075 元,邮资费 30 元。

HB-JZ 颈椎病治疗仪 该仪器为四路输出,四路均有定时器。还可做药物离子导入,配合电脉冲刺激,可使治疗效果更佳。主要用于颈椎病、腰椎病、各种风湿病及骨质增生症。专家评定该仪器已达国内同类产品的先进水平。已远销加拿大等国家。仪器出厂时带有中药处方。每台售价 1280 元,邮资费 30 元。

以上产品本厂负责三包,信守合同。

厂址:河北石家庄市青园街 46 号(邮编:050021) 电挂:6685 电话:611168 611169

联系人:沈金凤 开户行:石家庄市工商行长安办事处 帐号:700465012