

# 申公豹式“口吃”真的好笑吗?

专家提醒:尽早干预效果好

贺岁电影《哪吒2之魔童降世》中的申公豹一出场,那独特的口吃腔调让人印象深刻。他努力地想要说清自己的名字——“我是申公……公……豹”,加上他略显着急的神情,瞬间产生了强烈的喜剧效果,让人捧腹。申公豹的口吃不仅为影片增添了许多欢乐氛围,同时也展现了他内心的自卑、敏感与压抑,前期的口吃与后期真相败露时的流畅话语形成了鲜明对比,让他的形象更加立体丰满。那么,口吃背后到底有哪些原因?又该如何纠正呢?

## 什么是口吃

口吃,俗称结巴,是一种言语节奏性和流畅性障碍,主要表现为言语表达过程中出现发音重复、延长或停顿的现象。口吃的起病时间多为2~5岁,男性患病率比女性略高。口吃的病因目前并不十分明确,可能与神经病理、遗传背景、社会、心理、行为、声学、养育环境等因素相关。

## 口吃的表现

1. 语音重复 语音重复多出现在首字,也可能出现在句中,包括音素(如m-m-m-馒头)、音节(如慢-慢-慢-馒头)、词语(馒头-馒头-馒头好吃)及词组(这个馒头-这个馒头-这个馒头很好吃)。

2. 语音延长 表达时会有一些音节的延长,如“我~要上~厕所”。

3. 语音插入 在表达的句子中插入与句子无关的字,如“我要嗯嗯上嗯嗯厕所”。

4. 不适当的停顿 在表达未完成时出现停止或者不自然的停顿,如“我要上、、、、、厕所”。

5. 不符合节奏的发音 说话时发音急促或语速的突然变化。

6. 说话伴有附加行为 说话时伴有面部表情的扭曲、喘气、快速眨眼、头部抖动、咬手指等行为表现。

## 口吃的影响

1. 影响学习 口吃患儿由于难以表达自己的意见与想法,从而影响患儿的学习动力和学习兴趣。

2. 影响社交 口吃会让患者与他人的沟通交流变得困难,继而让他们在社交场合表现得不自在甚至逃避社交。

3. 产生心理问题 口吃患者受到周围人的嘲笑时,可能会出现某些心理问题,如恐惧感、挫折感、内疚感,严重影响其身心健康。

## 口吃的治疗

口吃应尽早干预,越早干预,效果越好。如果家中有口吃患儿,家长一定要引起重视,日常生活中可以采取以下方式进行干预。

1. 减缓语速 影响语言流畅性的因素之一是表达者的语速,如果口吃患儿语速过快,就会加重口吃。因此,家长在与口吃患儿交流时应尽量减慢语速,让患儿相应地减缓语速。

2. 不过度提醒 当患儿出现口吃时,家长不要过度提醒,如“你慢慢说”“你又重复了”等,也不要打断患儿的表达,更不要出现不耐烦或生气的表情或语气,这些都会在无形中给患儿增加压力,加重口吃。

3. 减少提问 研究发现,当



提问问题数量很多时,儿童非流畅性言语也会增多。许多成人与儿童交流喜欢用提问式,而这些问题常常会把儿童卡住。因此,家长在和口吃患儿交流时应减少提问式,多用陈述句方式,对缓解口吃有益。

4. 多讨论当下发生的事情 研究发现,经常谈论当时发生的事情,儿童的流畅性言语会增加。因此,家长可以多与患儿谈论正在发生的事情。

5. 多倾听 父母与孩子交流时应多倾听,倾时时看着他们的眼睛,关注他们情绪以及表达的内容,不要边听边做事或看手机。

6. 适当游戏 适当的游戏可以缓解口吃患儿紧张、焦虑的情绪,让患儿轻松流利地表达。例如,让患儿扮演各种角色,让他们在游戏中释放压力与焦虑,同时在游戏中自由地表演与说话,从而达到训练的目的。

湖南省儿童医院康复中心

唐鑫 陈建树 周平秋

本报记者 梁湘茂

## 科学应对流感 筑牢健康屏障

【 流感是由流感病毒引发的急性呼吸道传染病,与普通感冒有本质差异,其主要特征为突发高热(39℃以上)、剧烈头痛、全身肌肉酸痛,易引发肺炎、心肌炎等严重并发症,老年、儿童及慢性病患者属高危人群。】

### 传播途径

流感病毒通过感染者咳嗽、打喷嚏的飞沫传播,在空气中可悬浮30分钟。接触被污染的电梯按钮、门把手等物品后接触口鼻,也可能造成感染。密闭空间、人员密集场所传播风险较高。

### 防护屏障

第一道防线:及时疫苗接种  
接种流感疫苗可使重症风险降低40%~60%,重点人群(老人、儿童、医务人员)更需及时接种。

### 第二道防线:良好的卫生习惯

规范佩戴口罩、勤洗手(流动水冲洗20秒)、咳嗽时用手肘遮挡。每日通风3次,保持室内湿度40%~60%。

### 第三道防线:增强体质

保证优质蛋白摄入(每日鸡蛋1个、瘦肉100克)、维生素C补充(柑橘类水果200克),同时配合适量运动(如每天快走6000步),保证充足睡眠等。

### 认知误区

1. 流感可自愈,无需用药。
2. 退烧后立即复工复学。

### 3. 熏醋、饮酒能预防病毒。

### 就诊策略

出现症状48小时内服用奥司他韦等抗病毒药物效果最佳。注意:抗生素对病毒无效;儿童发热禁用阿司匹林;体温38.5℃以下可物理降温,持续高热、呼吸困难需立即就医。

医生提醒,特殊时期应避免聚集,感染者需居家隔离至症状消失后48小时。掌握科学防控知识,既能守护个人健康,也为社会构筑群体免疫屏障。

湖南医药学院总医院 王晓斌

本  
报  
协  
办  
服务热线:  
0745-2383694  
急救电话:0745-2383765  
网址:https://hhsyy.com/

## 远离腱鞘炎 这些知识要知道

不少人都有过这样的经历:忙碌了一天后,手腕、手指关节突然隐隐作痛,活动不灵活,严重时连握笔写字、拧毛巾都费劲,这很可能是腱鞘炎。

腱鞘就像是给肌腱穿上的一层“滑膜保护套”,正常情况下,它们配合十分默契,保障手部能够灵活运动。但是,一旦手部过度劳累,如长时间在键盘上打字、频繁点击鼠标,或是做高强度的家务劳动、长时间玩手机游戏,这时,肌腱和腱鞘就会不停地摩擦,日复一日,腱鞘承受的压力越来越大,不堪重负后,慢性无菌性炎症也就找上门来了,这就是腱鞘炎。

腱鞘炎初期,患者会感觉早上手指特别僵硬,就像被冻住了一样,活动后能稍微缓解。随着病情发展,疼痛会越来越明显,当手腕或手指屈伸的时候,就好像有根刺在扎,摸一摸关节处,还能感觉到微微隆起的硬结。办公室白领、手艺人、家庭主妇等由于手部活动频繁,肌腱反复摩擦,是腱鞘炎的高发人群。

不过别担心,腱鞘炎是可以预防的。例如,工作一段时间就伸展一下手指、活动活动手腕,让肌肉和肌腱放松一下;日常生活中加强手部锻炼,如反复握拳再松开,或者模拟抓握小球的动作;使用工具的时候,保持正确的姿势,有效减轻关节压力;运动前充分热身,让手部有足够的时间适应。

如果真的得了腱鞘炎也不用着急,症状轻微者可以通过热敷、理疗,或者佩戴支具缓解;症状严重者可以选择药物注射,或者微创手术。

湘南学院附属医院 李莉

## 心里“咯噔”一下 是怎么回事?

如果感觉心脏突然“咯噔”一下,或者一颗心扑通扑通地狂跳,感觉要窜出去,也有人会感觉自己的心脏“跳跳停停”不规律,这很可能是心脏早搏的症状。

心脏早搏,是指心脏异位起搏点提前出现的搏动,又叫期前收缩,简称早搏,是最常见的心律失常类型。如果早搏数量太多,会影响心功能,出现头晕、胸闷、乏力、气促等症状。

对于次数不多(<100次/天)、症状不明显的早搏,不用过于担忧,大多无需治疗,建议戒烟限酒、少喝咖啡浓茶、不剧烈运动等,注意调节情绪,规律作息,大多可以自愈。

如果早搏次数过多,且长期得不到控制,可能会导致心脏扩大、心功能下降,甚至心衰等严重并发症。这种情况需要明确病因,在积极治疗原发病的基础上,再根据病情使用抗心律失常药物。

武汉协和医院心血管内科  
副主任医师 李静勇