

臺北市托嬰教養資訊刊物

臺北市政府社會局委託國立臺北護理健康大學編製

給寶寶持續吃奶嘴，好嗎!?



【小故事】

弟弟2歲了，爸媽仍然為他準備各式造型奶嘴，弟弟到哪裡都會帶著他的奶嘴，不定時就把奶嘴塞進嘴裡。於是，托育人員建議爸媽說：「弟弟要戒奶嘴哦，以免影響牙齒咬合以及發音。爸媽隨即回應老師說：我們發現弟弟吃奶嘴的樣子好可愛耶，而且，弟弟只要吃奶嘴情緒就比較安定，也比較不會瞎鬧。所以，我們暫時沒有準備要戒奶嘴。」

持續給寶寶吃奶嘴到底是好還是不好？吃奶嘴又會對咬合以及發音造成什麼影響？

【想一想】

如同家長所言，安撫奶嘴的確能緩解嬰幼兒焦躁不安的情緒。但是，安撫情緒是否得依嬰幼兒年齡發展而調整或改變呢？是否應該讓嬰幼兒完全依賴安撫奶嘴呢？該不該給已經兩足歲的寶寶持續使用安撫奶嘴？戒掉奶嘴，擔心怕寶寶缺乏安全感，持續使用奶嘴，又怕將來戒不掉，而影響口腔發育，甚至，未來的語言發展。所以，到底應該如何處理奶嘴問題呢？

六個月至兩歲的小寶寶是生長過程中的口慾期，吸吮奶嘴，的確可以讓寶寶自己從吸吮過程，獲得高度的滿足與安全感。但是，嬰幼兒建議安全感，奶嘴並非唯一的來源。事實上，擁抱和撫摸同樣具有安撫效果。親子之間的親密連結與情感依附，甚至比奶嘴的安撫更具有人際互動與學習的意義。

故事中的阿弟，有可能是因為父母讓阿弟過度依賴使用奶嘴，造成咬合問題，因而影響食物咀嚼。如果無法將食物仔細咀嚼，不但影響幼兒探索不同硬度的食物，對消化系統也有一定的傷害，也會影響口語發音而延緩語言發展。甚至，因為牙齒與齒槽骨之間的壓力不均，有機會讓孩子發生暴牙或是臉型發育的問題。當然，牙齒咬合不良，也會導致牙齒排列得參差不齊，因而不易將牙齒清潔乾淨，多半會有食物殘渣滯留在齒縫中，時間長了就容易出現蛀牙。同時，咬合不正產生的構音問題，則會隨著年齡增長，糾正的困難度就越大。



【小提醒】

吸奶嘴帶來的都是壞處嗎？其實也不然，一般而言，對於口腔的需求，提供奶嘴會比讓孩子自己吸吮手指來的好。因為，一但吸吮手指的習慣養成，由於取得更加便利，要戒除吸吮手指的確是比戒奶嘴要來得更加地困難。但是，不論是戒除奶嘴或是吸吮手指，提醒家長務必注意：「戒奶嘴」是幼兒「適應」的過程，通常需要2-3個月的時間。家長必須有足夠的耐心陪伴，不可強行剝奪或將奶嘴塗抹幼兒討厭或害怕的辛辣味道。當然，在心態上，父母不應「獨尊」奶嘴的安

撫效果。當寶寶逐漸長大，對於週遭的人、事、物能互動時，吸奶嘴的需求就會逐漸降低。

戒奶嘴並非是一蹴可及的過程，對家長及幼兒雙方都是艱辛的學習，因此，提醒家長注意：

- ★調整心態：奶嘴只是輔助品，真正的必要品是家長的陪伴與關懷。
- ★尋找時機：當幼兒對於周遭環境發生好奇及探索的現象，表示幼兒對奶嘴的專注可被轉移，此時即為戒奶嘴的好時機。
- ★減少時間：吃三餐或副食品時，會自然停用奶嘴。然後，漸近及逐次減少使用，每次減少 15-30 分鐘，等幼兒適應後，再延長停用奶嘴時間。
- ★善用工具：協助挑選功能不同的學習杯，循序漸進引導幼兒學習以使用杯子取代奶嘴，例如，第一階段奶嘴式→第二階段鴨嘴式→第三階段吸管式→第四階段杯口式。

【小叮嚀】

奶嘴不是不能使用，但是不能讓幼兒只以吸吮奶嘴為自我安撫的固執方式。家長務必要知道，幼兒過度依賴或使用奶嘴，將會對孩子造成長遠且不良的影響。而親自陪伴及多讚美幼兒，則是幫助幼兒戒奶嘴的重要法則。

感謝此篇小故事由臺北市私立百家姓托兒所(附設托嬰部)提供!