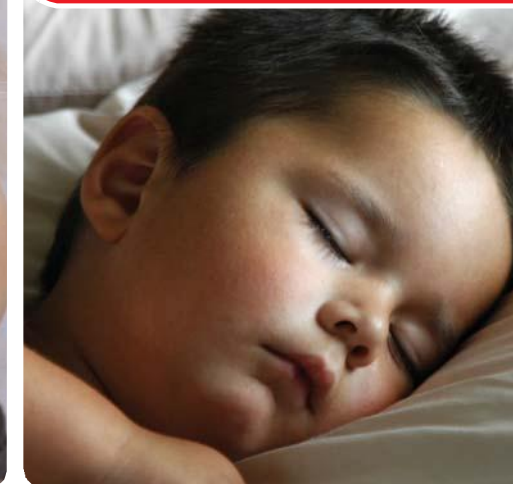




contact a family
for families with disabled children



- 語言
- 餵食
- 協調
- 牙齒
- 如廁訓練
- 學習
- 行爲
- 睡眠

與我們聯繫

致電 Contact a Family，電話是：

0808 808 3555

開放時間：週一到週五早上 10 點 ~
下午 4 點以及週一下午 5:30 ~
晚間 7:30

這是免付費電話

我們很樂意提供訊息給家庭、朋友或跟這些家庭很親近的人。

線上訊息：

www.cafamily.org.uk

www.makingcontact.org

本手冊可於 Contact a Family 取得，
並提供多種語言的譯本。



Registered Office: 209-211 City Road,
London EC1V 1JN
Registered Charity Number: 284912
Company limited by guarantee
Registered in England and Wales No. 1633333
VAT Registration No. GB 749 3846 82

儘管手冊資料的編輯及準備已盡量謹慎，希望
確保內容的正確性，但 Contact a Family 不為
手冊內容的錯誤負責。

電話翻譯服務

您可致電 Contact a Family，該處
提供超過 100 種語言的合格翻譯
人員，可以協助提供訊息給您。

使用這項服務：

- 致電 Contact a Family，電話是：
0808 808 3555。
- 請告訴他們您的電話號碼。
- 請告訴他們您需要翻譯的語言。
- 如果可以的話，用英語告訴他您需要
哪些幫助。
- 幾分鐘之後，會有專人回電給您，
翻譯人員會在電話中協助您。

Concerned about your child – Cantonese version

擔心您的孩子？

這些人或許可以提供協助

序號：C5

Parents & Paediatricians together

您的孩子是否遲遲無法達成特定的發展里程碑？

尋求協助或建議永遠不嫌早。

要判定您的孩子只是發展較慢、終究會迎頭趕上，或是您需要尋求協助有時是非常困難的。

對部分孩子來說，早些尋求協助會真正有所成效，而且有許多各備長才的人可以協助您。

您可以和**家庭醫師（GP）、健康訪視員**或是**護士**討論您對孩子的所有憂慮。**醫師**或**護士**可能會建議您帶孩子向**兒科醫師**求診，兒科醫生會試著找出可能造成孩子問題的原因，或是建議您另向**專科醫師**求診。

如果您的孩子已經在醫院或診所就診，您可以尋求護士或醫師的建議。

社區**兒童中心**也可以提供建議，並藉由遊戲和學習經驗協助您的孩子發展。

在蘇格蘭，兒童中心稱為**家庭中心**或是**早期中心**。

孩子出生時，您就應該拿到一份**個人兒童健康記錄卡**。可以協助您判定孩子的發展是否過於緩慢。試著更新紀錄卡的資料，向醫師或健康訪視員求助時，請記得攜帶這份紀錄。



本文件的**粗體字**在結尾處有更詳盡的描述。

如果無法從英文翻譯過來的話，我們會把音譯後的詞彙放在括號裡供您參考。



語言與溝通

和同齡的兒童相比，如果您的孩子瞭解簡單字詞的速度較慢、使用少數字彙，或是難以發出特定的聲音。

醫師或健康訪視員可能會建議您：

- 專攻兒童聽力障礙的聽力治療師幫忙，他們可以提供您有助改善聽力的方法。
- 找言談與語言治療師和您、以及您的孩子合作發展溝通技能。如果孩子無法說話，他們會幫助孩子用其他方法溝通。

接下來...

如果您的孩子不滿五歲，**醫師**或**健康訪視員**可能建議您：

- 尋求**學前家庭訪視／服務**，有助兒童發展早期溝通與學前學習技能。
- 加入**托育**或**遊戲學校／團體**，這些機構有訓練有素的人員可以協助孩子發展社交技能。



餵食與飲食

如果您的孩子吞嚥、飲食方面有困難，或是不願吃東西。

您的**健康訪視員**可以提供您有關餵食的建議，包括哺餵母乳、奶瓶餵食以及開始食用固態食物。

醫師或健康訪視員可能會建議您：

- 尋求**言談與語言治療師**的協助，他們可以針對吞嚥的生理問題提供協助。
- 尋求**飲食專家**的協助，他們可以提供有關食物、飲食與營養方面的建議。
- 尋求**臨床心理醫師**的建議，他們可以針對如何鼓勵孩子吃東西提供您支援和建議。



活動與協調

和同齡的兒童相比，如果您的孩子難以坐正、走路、抓握物品或運用身體的特定部位。

醫師或**健康訪視員**可能會建議您：

- 尋求**物理治療師**的協助，他們可以給您建議並告訴您有助兒童活動與協調的運動。
- 尋求**職能治療師**的協助，評估孩子的協調和活動狀況，並提供建議和推薦的幫助工具／設備協助孩子的日常活動。

隨著孩子的成長或是狀況改變，他們可能需要進一步的協助。別猶豫，請回診並尋求進一步的協助。



牙齒

如果您的孩子在潔牙方面遇到困難，或是覺得看牙醫很難熬。

醫師、**健康訪視員**或當地牙醫可能會建議您帶孩子去：

- 找受過兒童看診訓練、並且擁有殘疾兒童專用特殊設備的**社區牙醫**求診。



如廁訓練或大小便失禁

如果您的孩子大小便控制發展較慢。

您的**健康訪視員**可以提供您大小便訓練的建議。他們可能會建議您：

- 如果您的孩子有失禁的困擾，可找**失禁防治諮詢師**求助，他們可以給您建議與實用的協助。
- 找**兒科醫師**檢查是否有醫學上的原因，使您的孩子覺得這件事非常困難。
- 找**臨床心理醫師**幫忙，他們可以給您一些鼓勵孩子使用馬桶的建議。

如果您的孩子在三歲之後還需要使用尿布，**NHS**（國家衛生署）有些情況下可以提供尿布與其他的失禁用設備給您。您的**健康訪視員**或**家庭醫師**可以給您更多此項服務的訊息。



學習困難或專注力不足

如果您的孩子在記憶訊息、學習早期教育性技能或回應要求方面遇到問題。

醫師或**健康訪視員**可能會建議您：

- 加入針對 5 歲以下兒童設立的**托育或遊戲學校／團體**，這些機構有訓練有素的人員可以協助孩子學習新技能。
- 尋求學前家庭訪視／服務，協助您的孩子早在開始上學之前發展早期溝通與學習技能。



接下來.....

- 向**特殊教育需求協調員 (SENCO)** 求助，他們負責協調英格蘭和威爾斯地區需要額外支援的兒童，同時也是教師；而在蘇格蘭地區，家庭訪視教師、兒童的班級教師或其他的學校成員都可能擔任這個協調員的角色。
- 尋求**教育心理學家**的協助，他們可以觀察您的孩子，並建議您對他們最有利的教學或行爲方案。



行爲

如果您孩子的行爲嚴重影響家庭生活以及他或她的學習能力。

具有挑戰性的行爲可能是特定的身體狀況造成的。困難行爲有時只要運用簡單的策略就可以解決。父母親千萬別覺得求助是困窘的事情。

醫師、**健康訪視員**、孩子就讀的學校都可以給您建議：

- 尋求**社工**的支援，協助您參與**教養技能課程**或是找出處理孩子行爲的策略。
- 向**教育心理學家**或是**臨床心理醫師**求助，協助您處理問題。
- 尋求**兒科醫師**或**精神醫師**的協助，他們能幫助您評估並建議您什麼方式最適合用來處理您孩子的行爲問題。



夜間安睡

如果您的孩子花很長時間才能就寢，或是夜裡經常醒來。

孩子無法安睡會讓父母精疲力竭，而有時我們可以找出解決的方法：

- **健康訪視員**可以建議您幾個建立良好睡眠模式的**最佳策略**。
- 您的醫師可以建議您轉向**兒科醫師**或**精神醫師**求診，他們可以協助評估您孩子的需要，並建議各種治療方式或行爲方案協助您的孩子安睡。

專業人士介紹依字母順序排列

如果無法從英文翻譯過來的話，我們會把音譯後的詞彙放在括號裡供您參考。

請**聽力治療師**協助進行聽力檢測，有助孩子獲得適當的聽力協助。

臨床心理醫師可以提供您有關飲食、如廁和行爲困難的建議。父母也可能覺得和他們聊聊很有幫助，包括兒童的困難行爲如何影響全家人的生活。

社區牙醫可以提供關於飲食的建議，規劃讓孩子擁有健康的牙齒，並為覺得主流牙醫服務很難熬的孩子規劃特殊的牙醫服務。

如果孩子大小便失禁的話，**失禁防治諮詢師**可以提供您建議以及實用的協助。如果孩子超過三歲且您有需要的話，他們也可以協助您取得適當的尿布或設備補助。

如果孩子不願進食、需要特殊飲食、咀嚼以及／或是吞嚥困難，**飲食專家**可以提供您有關食物、飲食、營養的建議。

教育心理學家可以評估兒童的發展狀況，並針對學習和行爲提供支援和建議給兒童的父母和教師。

家庭醫師 (GP) 應該是您尋求醫療幫助與建議的首要人選。他們可以安排您的孩子到其他專科醫師處看診。

健康訪視員是曾經接受額外訓練的護士，具備協助社區家庭的能力。他們可以提供您有關日常事項的實用建議，像是餵食、睡眠、潔牙、發展與行爲。



有些健康訪視員也扮演專業人員的角色，像是照顧殘疾兒童。

托育或遊戲學校／團體可提供三到五歲的學前兒童機會參與教育與趣味性活動。有些場所聘有接受過特殊訓練的工作人員，有能力照顧額外需求的兒童，刺激並協助他們的發展。

職能治療師尤其關注手眼協調、知覺和操控技能。他們可以針對日常活動提出建議以及適當協助，像是餵食、著裝、如廁、沐浴、幼兒遊戲和大孩子的書寫技能。

兒科醫師是專職照顧嬰兒、兒童和小孩子的醫師。

兒科醫師可以協調並尋求其他機構的協助，共同投入兒童及其家庭的問題處理、照護和教育活動。

教養技能課程有時在當地舉辦，協助父母改善他們與兒童的關係，並針對父母常碰到的問題找出解決策略。

物理治療師能協助處理以及發展活動技能。有許多方法可以幫助兒童。包括強化弱肌群的運動，以及改進協調與動作技能的遊戲。



發展遲緩的兒童有時可以獲得**學前家庭訪視服務**。在英格蘭地區稱為波蒂奇（Portage）。教師或是波蒂奇家庭訪視員在家裡和父母攜手合作，提供實用的協助和概念幫助兒童遊戲、溝通、關係和學習的發展。

精神醫師專職處理影響人們思考、感覺或行為方法的問題。兒童和青少年的精神醫師則專責處理兒童和年輕人面臨的問題。精神醫師在決定哪些幫助較為恰當之前，可能會想和全家人碰面。他們才能確立醫療方法，並可能建議兒童轉向臨床心理醫師求診。

社工員透過實用與財務議題的建議支援兒童及其家庭，告知當地提供的服務，有時也協助安排他們需要的幫助。

特殊教育需求協調員（SENCO）負責協調英格蘭和威爾斯地區有特殊教育需求的兒童，所能取得的援助。特殊教育服務可以早在兒童開始就學之前就展開，孩子就學之後繼續提供。蘇格蘭地區在孩子就學之前，則由學前家庭訪視教師擔當此職責。一旦孩子開始就學，則由孩子的班級教師或負責 **Additional Support Learning**（額外援助學習）的學校成員來負責。

進一步的訊息與建議

如果您家有殘疾兒童，**Contact a Family** 可以協助您取得進一步的訊息和建議，包括：

- 針對溝通、大小便失禁或行為問題，能夠提供您建議的組織。

- 特殊醫療狀況的支持團體。
- 有關您權利和資格的建議。

言談與語言治療師能協助兒童學習溝通，不論透過語言或是其他方法。如果在飲食和吞嚥方面遇到問題，他們也可以協助。

部分**社區兒童中心**也針對教育、健康以及兒童托育等問題，為孩子不滿五歲的家庭提供建議與支援。在蘇格蘭，兒童中心稱為家庭中心或是早期中心。在 2010 年之前，每個社區都應該有一個兒童中心。