

長庚醫院有愛 助國小教師「重現美妙人聲」

記者陳華興 / 桃園報導 2022-05-18



嗓音是教師授課最直接、快速的方式以及與學生溝通的重要媒介，也是教師維持生計的主要工具，國小教師長期使用嗓音進行授課、管理班級秩序，比一般人更需專注且長時間說話，每天連續講幾堂課已經夠傷「聲」，即使用了擴音設備，對於喉嚨的損傷幫助亦有限。教師這個職業已經成為嗓音問題高危險群。根據國外研究發現，教師「曾經」有嗓音問題的盛行率為 32.1%~69.9%，高於非職業用聲者「曾經」有嗓音問題盛行率，而國內亦有類似的研究有相同的發現。

2020 年受到新冠肺炎疫情的衝擊，教師常須戴著口罩授課，抑或使用線上遠距教學，肢體互動減少，都使授課時聲音的角色更為重要，也造成近來教師嗓音問題就醫有增加趨勢，長期的嗓音誤用或濫用，容易造成嗓音問題，因此教師嗓音的保健刻不容緩。林口長庚紀念醫院有鑑於國小教師在培育國家民族幼苗的過程中勞心、勞「聲」，由國內嗓音外科、喉部聲帶疾病專家方端仁教授與社服處社工人員拜訪桃園市教育局，交流彼此想法，雙方合作辦理「重現美聲」教師嗓音保健線上課程，期待讓國小教師們認識嗓音保健的要素，2021 年 11 月辦理第一場線上課程，近 100 名國小教師參與，與會者反應熱烈，皆表示獲益良多。

由於活動後接到許多教師來電詢問相關活動，5 月 18 日再辦理一場次國小教師線上課程，方端仁教授帶領語言治療師團隊，為國小教師進行線上解惑，除了介紹嗓音保健的基本知識外，語言治療師也進行現場的示範，同時也教導大家班級秩序管理的小技巧、教師用聲的小提醒等，上課的教師們對於這個自身息息相關的議題都表現出高度的興趣，在線上不斷提出自己的疑問，例如：如何判斷聲帶長繭了？如何鍛鍊聲帶？如何判定自己發出的聲音不傷害到聲帶.....，講師團隊們也一一用心的為教師們解答，2 個多小時的課程，大家收穫滿滿。

林口長庚紀念醫院有國內首屈一指的醫療團隊，本著取之於社會，用之於社會的心，希望貢獻自身的專業能力，協助有需要協助的團體，期待透過這樣的課程，讓教師們在勞心的工作中，保養好嗓音，為國家未來的主人翁，持續傳到、授業與解惑，期待藉由這樣的課程，讓參與的教師們，都能「重現美妙人聲」。