

Facilitating Techniques of Respiratory Therapy

言语听觉科学教育部重点实验室资助

言语矫治手册 THE HANDBOOK OF
SPEECH THERAPY

呼吸障碍的
促进治疗

第6册

快速用力呼气法

张磊 丁迎春 黄昭鸣 杜晓新 著



华东师范大学出版社
全国百佳图书出版单位

快速用力 呼气法

定 义

“快速用力呼气法”指首先尽量用鼻子深吸气，然后用力快速地将气流从口腔呼出，从而增加肺活量，提高言语呼吸支持能力。

适 应 症

“快速用力呼气法”主要适用于呼吸支持不足。

动作要领

深吸气，再快速用力呼出。

主要步骤

1. “快速用力呼气法”动作要领的学习。
2. 无意义音的快速用力呼气训练。
3. 单音节词的快速用力呼气训练。
4. 双音节词的快速用力呼气训练。



1. “快速用力呼气法”动作要领的学习

治疗师指南

利用图片，让患者体会深吸气后快速呼出的感觉（可通过吹羽毛、吹蜡烛、吹纸青蛙等活动让患者感知）。

指导语

小朋友，请你看图片，学一学，深吸一口气，然后快速呼出，将蒲公英吹散。

患者要求

与治疗师一起练习深吸气后快速呼气的动作，3—5次。

p

t

k

c

ch

q

2. 无意义音的快速用力呼气训练

治疗师指南

利用图片，教患者深吸一口气，然后在快速呼气的同时发无意义音。训练时先采用耳语式的发音方法诱导出送气音，再用正常嗓音发送气音，进行快速用力呼气训练。

指导语

小朋友，请你看图片，深吸一口气，然后悄悄地说出来。

小朋友，现在我们深吸一口气，然后用力并快速地发前面说的那个音。

无意义音：

p t k
c ch q

患者要求

患者发音时有明显的气流呼出，可以放纸条在嘴边观察气流呼出的情况。

p—p

t—t

k—k

c—c

ch—ch

q—q

治疗师指南

利用图片，教患者深吸一口气，然后在快速呼气的同时用力发连续的两个音。

指导语

小朋友，请你看图片，深吸一口气，然后快速用力呼气，并发连续的两个音。

无意义音：

p — p	t — t
k — k	c — c
ch — ch	q — q

患者要求

患者深吸一口气后能发连续的两个音，并且发音时两个音的呼吸支持较足，发音速度较快。



铺



爬



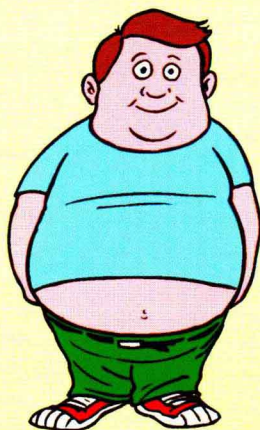
劈



跑



剖



胖



棚

3. 单音节词的快速用力呼气训练

治疗师指南

利用图片，教患者深吸一口气，然后在快速用力呼气的同时发单音节词。训练时先采用耳语式的发音方法诱导出送气音，再用正常嗓音发送气音，进行快速用力呼气训练。

指导语

小朋友，请你看图片，深吸一口气，然后悄悄地说出来。

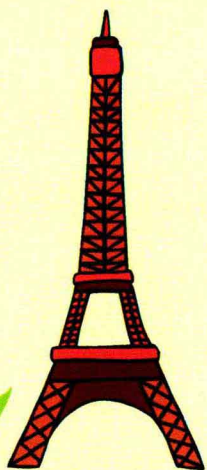
小朋友，现在我们深吸一口气，然后用力并快速地发前面说的那个词的音。

模式 1: p 开头的单音节词

铺	爬	劈	跑
剖	胖	棚	

患者要求

与治疗师一起，看着图片，深吸一口气后发音，要求发音速度快，有爆破性。



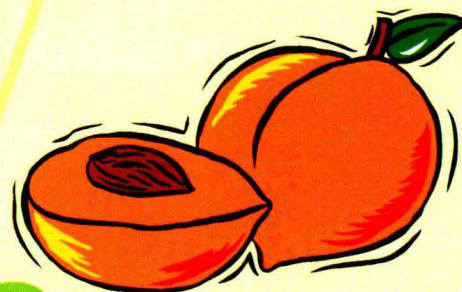
塔



兔



踢



桃



投



跳



糖

治疗师指南

利用图片，教患者深吸一口气，然后在快速用力呼气的同时发单音节词。训练时先采用耳语式的发音方法诱导出送气音，再用正常嗓音发送气音，进行快速用力呼气训练。

指导语

小朋友，请你看图片，深吸一口气，然后悄悄地说出来。

小朋友，现在我们深吸一口气，然后用力并快速地发前面说的那个词的音。

模式 2: t 开头的单音节词

塔	兔	踢	桃
投	跳	糖	

患者要求

与治疗师一起，看着图片，深吸一口气后发音，要求发音速度快，有爆破性。



哭



渴



筷



坑



扛

治疗师指南

利用图片，教患者深吸一口气，然后在快速用力呼气的同时发单音节词。训练时先采用耳语式的发音方法诱导出送气音，再用正常嗓音发送气音，进行快速用力呼气训练。

指导语

小朋友，请你看图片，深吸一口气，然后悄悄地说出来。

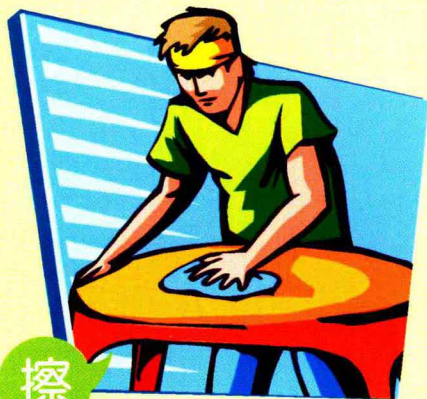
小朋友，现在我们深吸一口气，然后用力并快速地发前面说的那个词的音。

模式 3: k 开头的单音节词

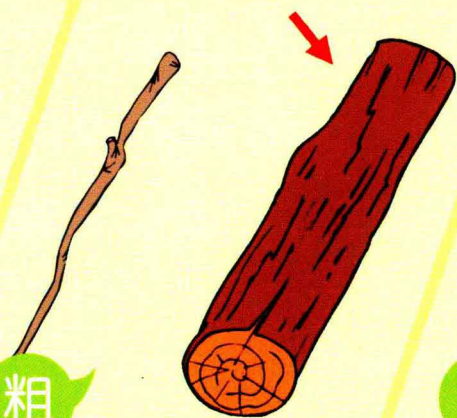
哭 渴 筷
坑 扛

患者要求

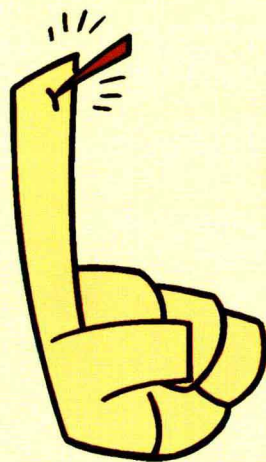
与治疗师一起，看着图片，深吸一口气后发音，要求发音速度快，有爆破性。



擦



粗



刺



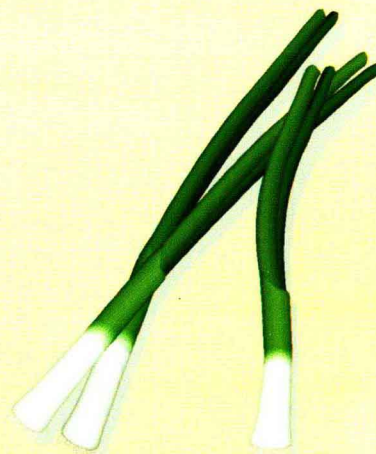
蚕



菜



草



葱

治疗师指南

利用图片，教患者深吸一口气，然后在快速用力呼气的同时发单音节词。训练时先采用耳语式的发音方法诱导出送气音，再用正常嗓音发送气音，进行快速用力呼气训练。

指导语

小朋友，请你看图片，深吸一口气，然后悄悄地说出来。

小朋友，现在我们深吸一口气，然后用力并快速地发前面说的那个词的音。

模式 4: c 开头的单音节词

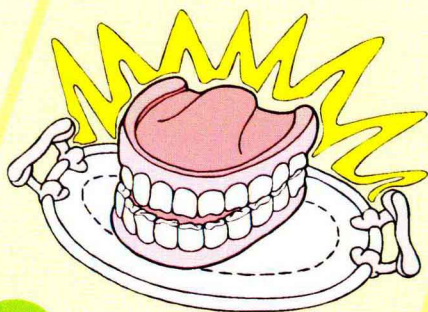
擦 粗 刺 蚕
菜 草 葱

患者要求

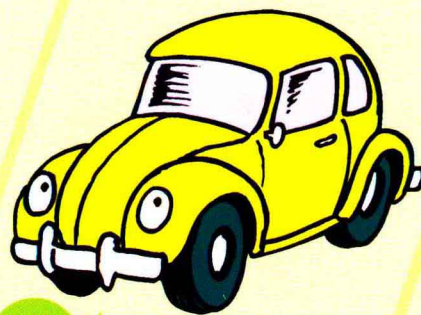
与治疗师一起，看着图片，深吸一口气后发音，要求发音速度快，有爆破性。



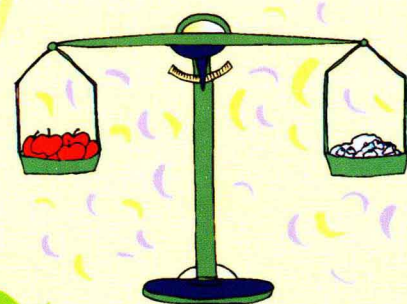
茶



牙



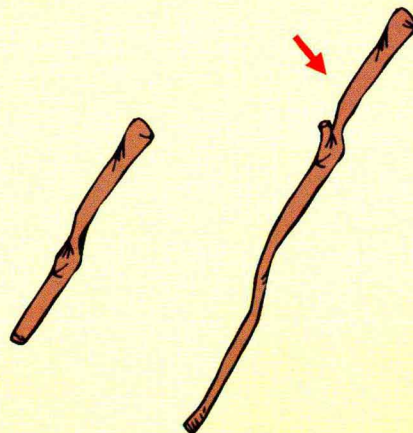
车



秤



铲



长



虫