

Don't Worry About the Drool! Simple Tips to Support Your Child's Growth

修訂: 2025/04/25

復健科



新竹市立馬偕兒童醫院

委託台灣基督長老教會馬偕醫療財團法人興建經營

(C)Mackay Memorial Hospital All Rights Reserved.

馬偕紀念醫院 著作權所有 · 並保留一切權利

新竹市立馬偕兒童醫院復健科 語言治療師 楊穎怡

Understanding Drooling and Oral Development in Infants

Hiểu về chảy nước dãi và phát triển miệng ở trẻ sơ sinh

1. The Traditional “Drooling Ceremony” (Shou-Xian Ritual)

When a baby reaches four months of age, many families in Taiwan hold a traditional ritual known as the “Shou-Xian Ceremony” (收涎儀式), which symbolizes the hope that the child will stop drooling during the teething stage.

During the ceremony, families often recite the blessing:

(“May your drool be collected and your body be strong; may your drool dry and

you be brave, even when hearing thunder.”)

The ritual expresses parents' wishes for their child's good health and smooth growth through the teething period.

1. Lễ “Chặn Dãi” truyền thống (Lễ Shou-Xian)

Khi trẻ được bốn tháng tuổi, nhiều gia đình ở Đài Loan tổ chức một nghi lễ truyền thống gọi là “Lễ Shou-Xian” (收涎儀式), tượng trưng cho hy vọng trẻ sẽ ngừng chảy nước dãi trong giai đoạn mọc răng.

Trong lễ, các gia đình thường đọc câu chúc:

“收涎收灘灘，乎你身體真勇健；收涎收乾乾，乎你聽雷不必怕。”

(“Chúc nước dãi của con được thu lại và cơ thể con khỏe mạnh; chúc nước dãi khô và con dũng cảm, ngay cả khi nghe tiếng sấm.”)

Nghi lễ này thể hiện mong muốn của cha mẹ về sức khỏe tốt và sự phát triển thuận lợi của trẻ trong giai đoạn mọc răng.

2. Is Drooling Normal in Young Children?

For most children, drooling is a normal developmental phenomenon before the age of two.

This happens because their oral motor control and muscle coordination are still developing.

As children grow, their oral function matures, and drooling naturally decreases between 2 and 2.5 years old.

Most children will show improvement by that time.

However, if a child continues to drool excessively after 2.5 years of age, this may indicate issues related to:

- Oral structure
- Muscle coordination

- Neurological development

In such cases, parents are advised to consult medical professionals for evaluation and appropriate therapy.

2. Chảy nước dãi có bình thường ở trẻ nhỏ không?

Đối với hầu hết trẻ em, chảy nước dãi là hiện tượng phát triển bình thường trước hai tuổi.

Điều này xảy ra vì khả năng kiểm soát vận động miệng và phối hợp cơ bắp của trẻ vẫn đang phát triển.

Khi trẻ lớn lên, chức năng miệng trưởng thành và chảy nước dãi sẽ giảm tự nhiên từ 2 đến 2,5 tuổi.

Hầu hết trẻ sẽ cải thiện vào thời điểm này.

Tuy nhiên, nếu trẻ tiếp tục chảy nước dãi nhiều sau 2,5 tuổi, điều này có thể chỉ ra các vấn đề liên quan đến:

- Cấu trúc miệng
- Phối hợp cơ bắp
- Phát triển thần kinh

Trong những trường hợp này, cha mẹ nên tham khảo ý kiến chuyên gia y tế để đánh giá và can thiệp phù hợp.

3. Common Causes of Drooling

3. Nguyên nhân thường gặp của chảy nước dãi

(1) Oral Structural Abnormalities / Bất thường cấu trúc miệng

- Increased saliva production during teething / Tăng tiết nước bọt khi mọc răng
- Mouth breathing due to nasal congestion or allergies / Thở bằng miệng do nghẹt mũi hoặc dị ứng

- Conditions such as cleft lip and palate / Các tình trạng như nứt môi hoặc hở vòm

If structural issues are suspected, consultation with dentists, otolaryngologists (ENT specialists), or craniofacial surgeons is recommended.

Nếu nghi ngờ vấn đề cấu trúc, nên tham khảo nha sĩ, bác sĩ tai mũi họng hoặc phẫu thuật chỉnh hình sọ mặt.

(2) Neurological Conditions / Các vấn đề thần kinh

Children with neuromuscular disorders (such as cerebral palsy) may have difficulty controlling swallowing, muscle tone, or coordination.

Trẻ em mắc rối loạn thần kinh cơ (như bại não) có thể gặp khó khăn trong kiểm soát nuốt, trương lực cơ hoặc phối hợp.

Referral to a pediatric neurologist for assessment and management is advised.

Nên giới thiệu trẻ đến bác sĩ thần kinh nhi để đánh giá và điều trị.

(3) Reduced Oral Awareness or Sensitivity / Giảm nhận thức hoặc nhạy cảm miệng

Adults can automatically sense saliva buildup and swallow it.

Người lớn có thể tự nhận biết lượng nước bọt tích tụ và nuốt đi.

However, some children lack this oral sensory awareness and do not feel discomfort even when drool escapes the mouth.

Tuy nhiên, một số trẻ thiếu nhận thức cảm giác miệng và không cảm thấy khó chịu ngay cả khi nước dãi tràn ra ngoài.

To help improve oral awareness and function, parents can try the following activities:

Để cải thiện nhận thức và chức năng miệng, cha mẹ có thể thử các hoạt động sau:

1. Enhance food diversity / Tăng đa dạng thức ăn

- Offer foods with varied flavors (sour, sweet, bitter), temperatures (warm, cool, cold), and textures (solid, puree, liquid).

Cung cấp các loại thức ăn với nhiều hương vị (chua, ngọt, đắng), nhiệt độ (ấm, mát, lạnh) và kết cấu (rắn, xay nhuyễn, lỏng).

- These variations stimulate oral muscles and sensory perception.
Những biến đổi này kích thích cơ miệng và cảm giác.

2. Oral massage and stimulation / Xoa bóp và kích thích miệng

- When wiping drool, gently press or massage around the child's lips and mouth muscles.

Khi lau nước dãi, nhẹ nhàng nhấn hoặc xoa quanh môi và cơ miệng của trẻ.

- Lightly touch the tongue and inner cheeks using a clean finger or a soft children's toothbrush to enhance oral sensitivity.

Nhẹ nhàng chạm lưỡi và má trong bằng ngón tay sạch hoặc bàn chải mềm cho trẻ để tăng cảm giác miệng.

4. Poor Lip Closure and Exercises / Khép môi kém và bài tập

Some children may have underdeveloped lip muscles, causing their mouths to stay open and saliva to leak.

To strengthen lip closure, try the following exercises and games:

1. Drinking with a straw

- Begin with water and gradually use smaller straws (e.g., Yakult straws). Progress to thicker liquids like yogurt or rice milk for more challenge.

Một số trẻ có cơ môi kém phát triển, khiến miệng luôn mở và nước dãi bị rỉ ra.

Để tăng cường khép môi, thử các bài tập và trò chơi sau:

2. Sucking noodles / Hút mì

- Let the child slurp noodles into the mouth to encourage suction and lip movement.

Cho trẻ hút mì vào miệng để khuyến khích vận động môi và hút.

3. Lip-smacking practice / Luyện tập môi

- Dab jam or ice cream on the lips and let the child press and lick it in using only their lips.

Thoa mứt hoặc kem lên môi và để trẻ ép và liếm bằng môi.

4. Lip tug-of-war game / Trò kéo co môi

- Place a biscuit between the child's lips and gently pull it.

Đặt bánh quy giữa môi trẻ và kéo nhẹ.

- Encourage the child not to let go of the biscuit.

Khuyến khích trẻ không buông bánh.

5. Straw challenge game / Trò thách thức ống hút

- Give the child a straw and see who can hang more rubber bands on it using lip strength.

Đưa ống hút cho trẻ và xem ai treo được nhiều dây thun hơn bằng sức mạnh môi.

6. Mirror feedback / Phản hồi bằng gương

- When the child drools, let them look in a mirror to recognize the drooling. Khi trẻ chảy nước dãi, để trẻ nhìn vào gương để nhận biết.

- Encourage them to swallow or wipe it off and praise their effort.

Khuyến khích trẻ nuốt hoặc lau đi và khen ngợi nỗ lực.

5. When to Seek Professional Help / Khi nào nên tìm chuyên gia

If drooling persists or interferes with eating, speaking, or social interaction, please seek guidance from:

Nếu chảy nước dãi kéo dài hoặc ảnh hưởng tới ăn uống, nói chuyện, hoặc giao tiếp xã hội, hãy tìm hướng dẫn từ:

- Pediatric rehabilitation therapists / Chuyên gia phục hồi chức năng nhi
- Speech-language pathologists / Chuyên gia ngôn ngữ trị liệu
- Pediatric neurologists or ENT specialists / Bác sĩ thần kinh nhi hoặc tai mũi họng

They can provide individualized evaluation and therapy to improve swallowing, oral muscle control, and sensory function.

Họ có thể đánh giá và điều trị cá nhân hóa để cải thiện khả năng nuốt, kiểm soát cơ miệng và chức năng cảm giác.

~ For reprint permission or further inquiries, please contact the Rehabilitation Department,
Hsinchu MacKay Children's Hospital ~

~ Để xin phép tái bản hoặc thêm thông tin, vui lòng liên hệ Khoa Phục hồi chức năng, Bệnh
viện Nhi MacKay Hsinchu ~