

ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ У РЕБЁНКА КОРОТКАЯ ПОДЪЯЗЫЧНАЯ УЗДЕЧКА?

Многие родители спрашивают: «Что делать, если у моего ребенка короткая подъязычная уздечка? Подрезать ее или нет?».

—
которая находится под языком язык с подъязычным пространством. В норме довольно эластична, хорошо прикрепляется к языку в части. У ребенка 5 лет уздечка в состоянии должна быть не менее 8 мм.



перепонка, и соединяет уздечка тянется и средней его растянутом

Наличие сложностей с уздечкой можно легко определить самостоятельно:

- Немного приоткрыть рот и поместить кончик языка в область за верхними зубами. В таком положении хорошо видно место прикрепления уздечки. Если она не там, «где нужно», язык трудно поднимать вверх.
- Вытянуть язык вперед. Короткая уздечка не дает это сделать, кроме того кончик языка визуальнo выглядит раздвоенным
- Открыть рот и попробовать коснуться языком верхней губы, облизать ее. Сложности с уздечкой делают это движение трудновыполнимым.

Обратите внимание: иногда ребенок не может справиться с данными упражнениями не из-за того, что с уздечкой что-то не то. Причиной могут оказаться слабые мышцы артикуляционного аппарата. Возьмите чистый носовой платок и попробуйте помочь языку. Если при движении чувствуется сопротивление, значит дело все-таки в подъязычной уздечке.

- Может вызывать затруднение движений языка, т.к. не дает ему возможности высоко подниматься. В этом случае страдают так называемые "верхние звуки", т.е. нарушается произношение таких звуков, как Ш, Ж, Ч, Щ, Р, Рь;
- Может приводить к смещению центра языка, его несимметричному развитию и малой подвижности, что препятствует формированию правильной артикуляционной позы некоторых звуков.
- Может быть и причиной нарушения дикции (*ясность, разборчивость произнесения*)
- В некоторых случаях, может провоцировать проблемы с формированием нижней челюсти, т.е. могут отклоняться зубы и оголяться шейки зубов. Есть риск развития пародонтита и гингивита. Поэтому нужна консультация ортодонта.

В зависимости от сложности ситуации с проблемой помогут справиться стоматолог - ортодонт или учитель-логопед. В любом случае имеет смысл сначала получить консультацию, чтобы определиться, какой способ исправления необходим ребенку.

Существуют два пути:

1. Оперативное вмешательство Стоматолог аккуратно подрежет уздечку, избавляя ребенка от неудобства одним движением руки. Однако в последнее время врачи все же рекомендуют оставлять хирургическое вмешательство на самый крайний случай.

2. Растяжение подъязычной уздечки Опытный учитель-логопед предложит комплекс упражнений и массаж для растягивания уздечки.

Многие упражнения можно начинать делать с самого раннего возраста. Малыш не сможет сесть с Вами перед зеркалом и выполнять упражнения по Вашей инструкции. Превратите все в игру. Тогда Ваш ребенок с пользой и с удовольствием проведет время.

Самым маленьким можно посоветовать такие упражнения:

«Оближи блюдце». Предложите ребенку, как котенку вылизать блюдце

Можно тянуться языком за ложечкой

«Дотянись языком до подбородка»

«Дотянись языком до носа»

«Качели»

крыть рот, кончиком языка потянуться сначала к носу, а потом к подбородку, затем опять к носу, а потом снова к подбородку.

Так качаются качели.

Выше дуба, выше ели

На качелях мы взлетели.

А скажите, вы б сумели

Язычком «качать качели»?



«Лошадка»

Улыбнуться, открыть рот. Поцелкать кончиком языка, как цокают лошадки. Рот при этом открыт, язык должен быть широким. Следить, чтобы кончик языка не подворачивался внутрь, а нижняя челюсть неподвижной.

Едем, едем на лошадке

По дорожке гладкой.

В гости нас звала соседка

Кушать пудинг сладкий.



оставалась

«Барабан»

Покажите ребенку, как можно изобразить барабан, отбивая дробь с помощью языка. Для этого надо открыть рот, слегка улыбнуться и напряженным кончиком языка постучать по альвеолам (бугоркам за верхними резцами), многократно и отчетливо, на одном дыхании, произнося звуки «Д-Д-Д». Сначала стучать следует медленно, а затем увеличьте темп.

В барабан мы сильно бьем

И все вместе мы поем: «Д – д – д – д!»

«Грибок»

Улыбнуться, открыть рот. Присосать Это шляпка гриба, а подъязычная связка – должен подворачиваться, губы – в улыбке.



широкий язык к нёбу. ножка. Кончик языка не Если ребёнку не удаётся



присосать язык, то можно пощёлкать языком, как в упражнении «Лошадка». В пощёлкивании тренируется нужное движение языка.

Я стою на ножке тонкой,
Я стою на ножке гладкой,
Под коричневою шляпкой
С бархатной подкладкой.



«Гармошка» Положение языка как в упражнении «Грибок», губы в улыбке. Не отрывая язык, открывать и закрывать рот.

На гармошке я играю,
Рот пошире открываю,
К нёбу язычок прижму,
Ниже челюсть отведу.



«Маляр» Предложите ребёнку языком, как "кисточкой", покрасить в "доме" - ротике потолок. Для этого надо открыть рот и широким кончиком языка погладить нёбо, делая движения вперёд-назад (от зубов вглубь ротовой полости и обратно)

Красить комнаты пора.
Пригласили маляра.
Челюсть ниже опускаем,
Маляру мы помогаем



Помните!

1. Упражнения необходимо выполнять систематически, постепенно увеличивая время их выполнения (количество повторений каждого упражнения), только тогда будет достигнут нужный эффект.

2. Чем раньше Вы начнете занятия с ребенком, тем быстрее достигнете нужного результата.

3. Чем старше ребенок, тем сложнее растянуть подъязычную уздечку (целенаправленное растягивание подъязычной уздечки с применением логопедического массажа – процедура неприятная, довольно болезненная для ребенка)

Для растяжения уздечки можно делать **специальный массаж**. Лучше будет, если этим займется учитель-дефектолог, но некоторые приемы можно выполнять и дома:

- Осторожно взять пальцами кончик языка и постепенно отводить его в разные стороны (верх, вниз, вправо, влево).
- Пальцами аккуратно поглаживать по растянутой уздечке от основания к концу.
- Ухватите «уздечку» в самом низу под языком двумя пальцами (большим и указательным) и тянущим движением ведите пальцы по ней к кончику языка. Старайтесь ее потянуть, но не применяйте силу, чтобы не повредить тонкую ткань. В каждый прием совершайте несколько таких движений. Очень быстро Ваши пальцы станут чувствовать возможности «уздечки», и эта процедура не будет вызывать беспокойства. Возвращайтесь к ней 4 - 5 раз в неделю, и через некоторое время Вы убедитесь в том, что подъязычная связка изменилась в длине.

Конечно, проводя массаж, необходимо взять стерильный бинт или чистый платочек.

Растягивание подъязычной уздечки

- Это разумно, если уздечка не сильно короткая, иначе растягивание очень короткой уздечки, по мнению некоторых врачей, может привести к провисанию слизистой и т.п. проблемам, описанным выше (пародонтит, гингивит...)
- Растягивание наиболее успешно до 5 лет. И чем ребенок старше, тем сложнее.
- Растягивание не наносит такой стресс ребенку, как операция, но занимает значительно больше времени и сил. Ведь соответствующие упражнения нужно выполнять несколько раз в день ежедневно и на позитивной волне. Растягивание с помощью логопедического массажа – процесс неприятный, часто весьма болезненный для ребенка. Часто для некоторых родителей легче перенести операцию.

Оперативное вмешательство

- Необходим хороший врач и современное оборудование. Хорошие отзывы о последствиях операций под местной двойной анестезией. Но это выбор врача.
- Если что-то пойдет не так, то есть риск образования рубца, затрудняющего подвижность языка.
- Операция - это стресс для ребенка.
- Короткий срок для коррекции звукопроизношения.
- После подрезания подъязычная связка может срастись заново, если вовремя не начать заниматься, т.е. не ранее 10-14 дней и не позднее 1 мес. после операции.
- Иногда операция рекомендуется по медицинским показаниям ортодонтом не только из-за недостатков звукопроизношения. Если не подрезать подъязычную уздечку, то ИНОГДА есть риск возникновения пародонтита, гингивита (кровооточивость, оголение шеек зубов), большие щели между зубами, ухудшение естественного самоочищения полости рта... Но это видно не сразу, все в далеком будущем... Да и бывает далеко не у всех, только врач может квалифицировать такой случай.

ЖЕЛАЮ УСПЕХОВ ВАМ И ВАШИМ ДЕТЯМ!!!

Учитель-логопед: Карпова И.О.