

Подъязычная уздечка — перепонка, которая находится под языком и соединяет язык с подъязычным пространством. Разглядеть её во рту не так-то просто. Широко раскройте свой рот и потяните кончик языка к нёбу. Затем скажите: «У меня язык поднимается высоко-высоко! А у тебя?». И вот тут ловите момент, чтобы рассмотреть.

Как определить, достаточной ли длины подъязычная связка?

У разных людей она может быть разной длины. Если ребёнок может высунуть изо рта язык и при этом его кончик не раздваивается в форме двух полукруглых лепестков из-за того, что снизу его тянет подъязычная связка, если он может облизать блюдце, поцокать языком, у него скорее всего не будет препятствий для постановки звуков, требующих подъёма языка к нёбу.

У ребёнка 5 лет уздечка в растянута состоянии должна быть не менее 8мм.

При укороченной уздечке затруднены движения языка, так как не даёт ему возможности высоко подниматься, что нарушает произношение так называемых верхних звуков «щ, ж, л, р»

Многие упражнения можно начинать делать с самого раннего возраста. Помните! Малыш не сможет сесть с вами перед зеркалом и выполнять упражнения по инструкции. Превратите всё в игру.

Тогда ребёнок с пользой и удовольствием проведёт время.

Итак, короткая подъязычная уздечка:
-может вызвать затруднение движений языка, так как не даёт ему высоко подниматься. Слишком короткая уздечка ограничивает положение языка. Он лежит на дне полости рта, таким образом нарушаются функции глотания, произнесение звуков, а в дальнейшем ряда зубочелюстных аномалий;
-может приводить к смещению центра языка, его симметричному развитию;
-может быть и причиной нарушения дикции— ясности, разборчивости речи. В некоторых случаях может провоцировать проблемы с формированием нижней челюсти, т.е. зубы могут отклоняться и оголяться шейки зубов. Есть риск развития пародонта и гингивита.



Успехов вам и вашим деткам!

Более тщательно с материалом можете ознакомиться в журнале «Медицина», 2013, №3.

Последствия укороченной подъязычной связки глазами логопеда и стоматолога



Самым маленьким можно посоветовать такие упражнения:

«Оближи блюдце». Предложите ребёнку, как котёнку вылизать блюдце. Можно тянуться языком за ложечкой.



«Вкусное варенье». Слегка приоткрыть рот, язык двигается по верхней губе сверху вниз, но не из стороны в сторону (как будто облизывает варенье). Нижняя челюсть должна быть не подвижна.

«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 в глубь ротовой полости и обратно).



«Грибок». Широко открыть рот, прижать широкий язык всей плоскостью к нёбу и присосать его. Удерживать язык в таком положении 5-10 секунд. Язык будет напоминать шапку грибка, а растянутая подъязычная связка-его тоненькую ножку. Затем «отклеить» язык и закрыть рот.

«Гармошка». Покажите ребёнку, как можно изобразить с помощью языка гармошку. Для этого надо присосать широкий кончик языка к нёбу, как в упражнении «Грибок», а затем, не отклеивая язык, открыть и закрыть рот. Подъязычная связка будет выполнять роль гармошки, которая то растягивается на всю длину, то сжимается.



Упражнения необходимо делать систематически, постепенно увеличивая время выполнения (количество повторений каждого упражнения), только в этом случае будет достигнут нужный эффект. Чем раньше вы начнёте занятия с ребёнком, тем быстрее достигнете нужного результата. Чем старше ребёнок, тем сложнее растянуть подъязычную связку. Наиболее успешное растягивание до 5 лет.

Но, к сожалению, не всегда можно добиться желаемого результата артикуляционными упражнениями. Есть случаи, когда операция необходима.



«Дотянись языком до подбородка»
«Дотянись языком до носа»

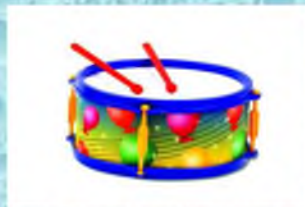


«Качели».



«Лошадка». Улыбнуться, открыть рот. Пощёлкать кончиком языка, как цокают лошади. Рот при этом открыт, язык должен быть широким. Следить, чтобы кончик языка не подворачивался внутрь, а нижняя челюсть оставалась неподвижной.

Детям постарше, наряду с предыдущими, можно давать следующие упражнения.



«Барабан». Покажите ребёнку, как можно изобразить барабан, отбивая дробь с помощью языка.

Для этого надо открыть рот, слегка улыбнуться и напряжённым кончиком языка постучать по альвеолам (бугоркам за верхними резцами), многократно и отчётливо, на одном дыхании, произнося: «Д_Д_Д_Д». Сначала медленно, затем увеличить темп.