

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ
НАЧАЛЬНАЯ ШКОЛА «ПРОГИМНАЗИЯ»
(ДОШКОЛЬНОЕ ОТДЕЛЕНИЕ)**

**КОНСУЛЬТАЦИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ
НА ТЕМУ:**

**«ИНФАНТИЛЬНЫЙ ТИП ГЛОТАНИЯ,
ЧТО ДЕЛАТЬ?»**

учитель-логопед
Луппова Р.А.



СУРГУТ

ИНФАНТИЛЬНЫЙ ТИП ГЛОТАНИЯ, ЧТО ДЕЛАТЬ?

А правильно ли ребенок глотает? Как глотать правильно, и что нужно делать, если этот процесс нарушен. Многие удивятся: разве можно глотать неправильно?

Как считает большинство, глотание относится к рефлекторным реакциям организма, таким как дыхание, слюноотделение, и т.д. Тем не менее, многие дети глотают неправильно!

Глотание — сложный комплекс двигательных реакций, благодаря которым пища перемещается из полости рта в желудок. Ребёнок рождается с хорошо развитым механизмом глотания, которое в первые месяцы называется **инфантильный**.

До прорезывания первых зубов такой **инфантильный тип глотания**, при котором язык упирается в губы, является **физиологической нормой**.

Но по мере прорезывания молочных зубов сосание заменяется жеванием, а тип глотания у ребёнка перестраивается на **соматический** («взрослый»). Язык при соматическом глотании расположен в передней трети твёрдого нёба, при этом спинка языка продвигает пищу в гортань.

Как проверить тип глотания?

Если после прорезывания всех молочных зубов во время глотания у вашего ребенка:

- губы не смыкаются
- губы сомкнуты, но в момент глотания язык отталкивается от губ, губы сжимаются, сокращается круговая мышца рта
- язык находится между зубами
- участвует подбородочная мышца, при глотании можно наблюдать ямочки на коже подбородка
- участвуют мышцы шеи

Вы можете проверить – при глотании разведите губы ребенка, и если язык находится между зубами – нарушение глотания!



В момент глотания ребенок с инфантильным типом глотания прокладывает язык между верхним и нижним зубными рядами, что способствует формированию открытого прикуса.

При этом в акте глотания участвуют окологотовые мышцы, т.е. заметно напрягаются нижняя часть круговой мышцы рта, подбородочная мышца и мышцы шеи, что легко обнаружить, попросив ребенка сглотнуть слюну.

Признаки соматического (нормального) глотания:

- Губы сомкнуты без напряжения
- Круговая мышца рта неподвижна
- Лицо спокойно, мимические мышцы вокруг рта неактивны
- Язык отталкивается от слизистой оболочки нёба сразу позади верхних передних зубов.

Причины инфантильного типа глотания:

- длительное сосание соски,
- позднее включение в рацион твердой пищи,
- позднее прорезывание временных зубов,
- короткая уздечка языка,
- ротовое дыхание
- хронический тонзиллит, аденоидные разрастания, также способствуют смещению языка вперед.
- ранняя потеря, удаление передних молочных зубов
- частые простудные заболевания у ребенка

Если у ребенка в рационе преобладает мягкая, обработанная термически пища, а не твердые овощи, фрукты, мясо, то несмотря на наличие у него зубов, полноценный акт жевания не формируется, и перехода от инфантильного типа глотания к соматическому не происходит.

Нужно ли исправлять неправильное глотание?

Конечно! При неправильном глотании также страдает процесс жевания. Далее страдает пищеварение по цепочке, недостаток питательных веществ, проблемы со здоровьем.

Пациент может испытывать боли в ВНЧС, шейном отделе, затылочной, височной и лобной областях головы. Меняется осанка, вынужденное положение тела для избегания болевых и других неприятных ощущений, становится привычным, а скелет неокрепшего малыша стремительно развивается неправильно. Кроме того, неправильное положение языка создаёт неблагоприятную ортодонтическую ситуацию во рту: дистальный прикус, передний и боковой открытый прикусы, недоразвитие верхней челюсти и опережающее развитие нижней, сужение твёрдого неба, поскольку язык перестаёт выполнять поддерживающую функцию. Дело в том, что язык, как мощный мышечный орган, способен «испортить» прикус. Специалисты ортодонтии давно работают в тесном сотрудничестве с логопедом и получают стабильные результаты лечения.

Как исправить инфантильный тип глотания?

Новый способ глотания (соматический), помогут создать логопедические упражнения - специальный комплекс артикуляционной гимнастики.

(Выполнять упражнения можно и нужно до, во время и после ортодонтического лечения. Лучше всего начинать до установки ортодонтической аппаратуры. Если случай несложный, то упражнения выполняются в течение 10-15 минут ежедневно на протяжении 1,5-2 месяцев. На плановых занятиях логопед корректирует технику выполнения упражнений, вводит в комплекс дополнительные упражнения для закрепления нужных навыков, проводит массаж языка.)

Комплекс артикуляционной гимнастики при инфантильном типе глотания

Все упражнения выполняются перед зеркалом, голову нужно держать прямо, плечи слегка отвести назад и чуть опустить, грудь расправить, живот подтянуть, коленные суставы согнуть, ноги и пятки вместе. Упражнения выполняются в медленном темпе на счёт 1-2-3-4 с повторением от 15 до 30 раз ежедневно.

Учимся глотать.

А. Ребенок поднимает кончик языка кверху и прижимает его к переднему участку твердого неба, зубы сжимает, губы смыкает (исходное положение).

Просите его проглотить слюну, не изменяя положения кончика языка.

Если язык находится между зубными рядами, то упражнение выполняется неправильно. В 1 день 5-6 повторений, во 2 — 2 раза (утром, вечером) по 5-6 раз. В последующие дни — 3 раза в день по 10-12 раз.

Б. Исходное положение то же. Только теперь Ваш ребенок должен удерживать язык в таком положении в течение 5 мин. В последующие дни время выполнения упражнения увеличивают до 10 мин.

В. Исходное положение то же. Теперь Вы научите своего ребенка правильно глотать, не отрывая языка от неба просите его проглатывать слюну с сомкнутыми губами. Упражнение повторяют 3 раза в день по

10 раз. При этом необходимо следить за тем, чтобы губы были расслаблены.

Жуём твёрдую пищу.

Грызём, жуём, глотаем— морковку, яблоки, мясо, сухари, баранки, сушки...

Маляр.

Улыбнуться, открыть рот. Широким кончиком языка погладить нёбо от зубов к горлу. Нижняя челюсть не должна двигаться.

Зеваем, жуём, глотаем.

Запрокинув голову: имитировать жевательные движения, позёвывать, жевание и глотание с закрытым ртом.

Футбол.

Рот закрыть, кончик языка с напряжением упирать то в одну, то в другую щеку так, чтобы под щекой надувались мячики.

Карандаш.

Применяют упражнение с карандашом — располагают карандаш поперек зубного ряда, удерживают его сжатыми зубами. Кончик языка перемещают то выше, то ниже карандаша.

Лошадка.

Пощёлкать кончиком языка, как цокают лошадки. Рот при этом открыт, кончик языка не вытянут и не заострён. Следить, чтобы он не подворачивался внутрь, а нижняя челюсть оставалась неподвижной. Выполнять 50-60 раз.

Для окончательной автоматизации процесса правильного глотания применяем то же исходное положение. Только теперь удерживаем язык в таком положении в течение 5 мин. В последующие дни время выполнения упражнения увеличивают до 10 мин.

ВАЖНО! Следите за осанкой во время выполнения всех упражнений.

Уважаемые родители помните, что от регулярного выполнения Вашим ребенком предложенных упражнений, зависит благоприятный исход коррекции.

Использование ортодонтических аппаратов

Пластинка MURPY вестибулярная пластинка с бусинкой, миофункциональные трейнеры: для коррекции инфантильного типа глотания. Язычок аппарата при каждом глотательном движении рефлекторно напоминает ребёнку о правильном положении кончика языка, что закрепляется во время ночного ношения и способствует перестройке инфантильного типа глотания в соматическое.



Для получения индивидуальной консультации следует обратиться к специалисту (в наше время подобной проблемой занимаются миофункциональные терапевты, стоматологи, логопеды.)