

Czy moje dziecko dobrze połyka?

Nieprawidłowe połykanie, czyli typ połykania infantylnego (charakterystycznego dla niemowląt), może być przyczyną seplenienia międzyzębowego, interdentalnej realizacji głosek t, d, n, a nawet powodować wady zgryzu. Infantylne połykanie powinno samoczynnie przekształcić się w typ dojrzałego połykania w okolicach 3 i 4 roku życia. Jeśli nie nastąpi samoczynnie, wskazana jest konsultacja z logopedą i podjęcie terapii.

Na czym polega połykanie infantylne?

Podczas wykonywania tego automatycznego ruchu język nie pionizuje się. Pozostaje on na dnie jamy ustnej, przesuwając się tylko poziomo. Aby połknąć ślinę, płyn czy pokarm, język wsuwa się między zęby lub mocno na nie naciska; czasami wystaje między wargami. Co więcej, napinają się mięśnie wokół ust – dzięki obserwacjom napinania tych mięśni możesz dostrzec, że Twoje dziecko połyka nieprawidłowo.

Jak wygląda prawidłowe połykanie?

Połknij ślinę. Podczas tej czynności czubek Twojego języka opierał się o podniebienie, a konkretnie wałek dziąsłowy. Język samoczynnie wykonywał ruchy pionowe, nie musisz koncentrować się nad sposobem połykania. Żwacze, mięśnie odpowiedzialne za ruchy żuchwą, napinają się, a zęby są zwarte. Mięśnie wokół, w przeciwieństwie do połykania o typie niemowlęcym, ust nie uczestniczą w połykaniu!

Jak ćwiczyć z dzieckiem?

Najlepiej rozpocząć naukę poprawnego połykania pod okiem specjalisty, który pokieruje terapią. Ćwiczenia należy rozpocząć od pionizacji języka oraz nauki unoszenia czubka języka do wałka dziąsłowego.

Kolejnym etapem jest nauka połykania śliny. Aby to robić dobrze, postępuj zgodnie z trzema punktami:

- 1. Przytrzymaj ślinę.**
- 2. Przyklej czubek języka do podniebienia.**
- 3. Przytrzymaj język na podniebieniu i połknij, nie odklejając go.**

Nie jest to proces skomplikowany, jednak utrwalenie i wprowadzenie tego typu połykania jako nawyku automatycznego, będzie wymagało setek powtórzeń. Jeśli ćwiczenia ze śliną są wykonywane prawidłowo, warto próbować z płynami, a później z pokarmem stałym. Dopiero kiedy nie zaobserwujesz napięcia wokół narządów artykulacyjnych będzie wiadomo, że Twoje dziecko poprawnie wykonało ćwiczenie.

Logopeda

Źródło: Internet