

Короткая уздечка языка. Подрезать или растягивать?

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

Подъязычная связка – перепонка, которая находится под языком и соединяет язык с подъязычным пространством. Как определить, достаточной ли длины подъязычная связка?

Короткая подъязычная связка (уздечка) — врожденный дефект, заключающийся в укорочении уздечки языка (подъязычной связки).

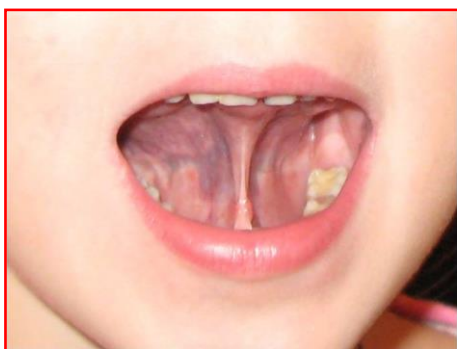


Короткая подъязычная связка

Аномальным строением может являться расположение уздечки ближе к краю языка или совсем на его кончике. Кроме того, возможно значительное снижение его эластичности, то есть способности растягиваться.

Чем мешает неправильное строение уздечки языка.

У младенцев аномальное строение уздечки может вызывать сложности с сосанием. В таком случае проблема решается еще в роддоме подрезанием. Если же малыш все же способен нормально кушать, врачи стараются оставить ситуацию в покое, давая, что называется, время на вырост. И действительно, во многих случаях вместе с ростом челюсти постепенно растягивается и принимает нормальную форму уздечка.



Подъязычная связка в норме

У детей более старшего возраста короткая подъязычная уздечка создает некоторые логопедические сложности:

- 1) 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
- 2) может приводить к смещению центра языка, его несимметричному развитию и малой подвижности, что препятствует формированию правильной артикуляционной позы некоторых звуков.
- 3) может быть и причиной нарушения дикции. Дикция – это ясность, разборчивость произнесения.
- 4) 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.

Однако очень важно понимать, что она «отвечает» далеко не за все речевые проблемы. Так что если у ребенка присутствует задержка речевого развития, «путаются» в речи слоги и звуки, ограничен словарный запас или другие проблемы, короткая уздечка здесь совсем не причем. Логопед предложит эффективные способы коррекции.

Как проверить, короткая ли уздечка у ребенка.

Наличие сложностей с уздечкой можно легко определить самостоятельно:

1. 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.
2. Вытянуть язык вперед. Короткая уздечка не дает это сделать, кроме того кончик языка визуалью выглядит раздвоенным.
3. 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.

К кому обращаться за помощью

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

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. Опытный логопед предложит комплекс упражнений и массаж для растягивания уздечки.

Специалисты утверждают, что существует не так много ситуаций, когда подъязычная уздечка оказывается абсолютно не способной к растяжению.

Практически во всех случаях консервативный подход достигает результата.

Оценить плюсы и минусы разных подходов родители могут самостоятельно.

Хирургический метод:

- Быстрое, радикальное решение проблемы.
- Операция проводится с использованием анестезии.
- Процесс заживления занимает определенное время и доставляет неудобство.
- Возможна психологическая травма у ребенка.
- После операции необходимы занятия с логопедом для коррекции звукопроизношения.

Метод растяжения уздечки:

- Консервативен, не вызывает психологических сложностей у ребенка.
- Результативен в большинстве случаев.
- Занимает определенное время (несколько месяцев).
- Требуется дисциплины и регулярных занятий.

В любом случае для решения вопроса нужно получить консультацию логопеда.

Как растянуть подъязычную уздечку языка

Тут от родителей понадобятся настойчивость, терпение и даже находчивость. Помимо специального комплекса упражнений нужно использовать любую возможность дать язычку потренироваться. К примеру, предлагайте ребенку... облизывать тарелку. Да, возможно, это идет вразрез с правилами хорошего тона, но зато поможет справиться с речевыми проблемами. Сделайте это игрой!

Также полезно немного подразнить. Пусть ребенок вытягивает язык как можно дальше. Многие упражнения можно начинать делать с самого раннего возраста. Помните! 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.

Упражнения для растяжения уздечки:

Артикуляционные упражнения для растягивания уздечки языка!

«Маляр»

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

Красить комнаты пора.

Пригласили маляра.

Челюсть ниже опускаем,

Маляру мы помогаем.

«Лошадка»

Улыбнуться, открыть рот. 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.

Едем, едем на лошадке

По дорожке гладкой.

В гости нас звала соседка

Кушать пудинг сладкий.

Мы приехали к обеду,

А соседки дома нету.

«Грибок»

Улыбнуться, открыть рот. Присосать широкий язык к нёбу. Это шляпка гриба, а

подъязычная связка – ножка. Кончик языка не должен подворачиваться, губы – в улыбке. 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 коричневую 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.*

«Барабан»

Улыбнуться, открыть рот. Многократно и отчетливо произносить звук Д-Д-Д. Язык при произнесении этого звука не опускается вниз, сильно напряжен.

Для растяжения уздечки можно делать специальный массаж. Лучше будет, если этим займется логопед, 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.

Конечно, проводя массаж, необходимо взять стерильный бинт или чистый платочек. Выполнять упражнения нужно регулярно, лучше по несколько раз в день. Увеличивать нагрузку и прилагаемые усилия следует очень осторожно, чтобы занятия не причиняли болевых ощущений и не провоцировали травм. Работа под контролем логопеда поможет достичь успеха безопасно и с максимальным эффектом.

**Учитель-логопед
Сорокина Е.Н.**

2022-2023 г.