

Если подъязычная уздечка укорочена?

Что значит короткая уздечка?

С самого рождения у малыша во рту находится подъязычная уздечка – это мягкая перепонка, с помощью которой тело языка соединяется с дном ротовой полости. Короткая уздечка у новорожденного не является редкостью, но, если проблема обнаружилась, решать ее нужно как можно быстрее. Зачастую диагноз ставится еще в роддоме, но, даже если явление пропустили в самом начале жизни ребенка, коррекция не составит хлопот.

Главное, не затягивать с визитом к врачу и проведением соответствующих манипуляций. Игнорирование столь невинной на первый взгляд физиологической особенности способно заметно осложнить жизнь ребенка и родителей.

Причины укороченной уздечки и последствия патологии

По статистике необычная особенность в 50% случаев оказывается наследственной. Если же генетическая предрасположенность не просматривается, то причиной может оказаться воздействие на эмбрион негативных факторов. Их влияние должно приходиться на первый триместр беременности, именно в это время происходит формирование зубочелюстного аппарата плода.



Если вовремя не скорректировать длину уздечки под телом языка, в будущем можно столкнуться со следующими сложностями:

- неправильное развитие нижней челюсти;
- искажение прикуса (открытый передний или боковой, перекрестный, косой);
- смещение зубного ряда;
- сбой речевого дыхания, нарушения в физиологическом дыхании, что приводит к ротовому дыханию и повторяющимся простудным заболеваниям;
- речевая дисфункция (проблемы с артикуляцией шипящих, сонорных и других звуков верхнего ряда), как следствие, невыразительная речь.
- подрезание связки избавит детей старшего возраста и подростков от постоянного травмирования и надрывов уздечки, обильного слюноотделения во время речи. Такой дефект может стать причиной эмоциональных и поведенческих проблем.

Специалисты выделяют несколько типов патологии:

- Перепонка тонкая и прозрачная, мешающая подвижности языка.
- Полупрозрачный тяж, который крепится очень близко к кончику языка и при натяжении вызывает его раздвоение.
- Уздечка в виде плотной и непрозрачной перемычки, из-за которой язык при работе прогибается, как горка.

- У малышей с расщелинами неба может наблюдаться наличие короткого и толстого тяжа, соединенного с мышцами языка.
- Волокна перемычки настолько сплетены с языковыми мышцами, что делают движение языка почти невозможным.

Комплекс упражнений для растяжки короткой уздечки языка:

«**Маляр**». Выполнять упражнение необходимо с широко открытым ртом и улыбкой. Кончиком языка следует провести по небу, начиная от зубов к горлу, при этом нижняя челюсть не должна двигаться. Сопровождается выполнение упражнения стишком:

«**Барабан**». Выполняется с открытым ртом и улыбкой. Суть упражнения — это многократное произношение буквы [Д]. Выговаривать ее необходимо как можно более четко. Во время произношения звука язык должен упираться в верхние зубы, а рот следует держать открытым. В процессе выполнения этого упражнения ребенок может непроизвольно закрывать рот, для того, чтобы этого не происходило, следует зажать между его зубами палочку, примерно 1 см шириной, это может быть ручка от зубной щетки или какой-нибудь другой предмет.

В барабан мы сильно бьем и все вместе мы поем: «Д – д – д – д!»

«**Дотянись до носа**». Также как и в предыдущих упражнениях, рот, необходимо открыть и улыбаться. Краешек языка необходимо тянуть к носу и опускать к верхней губе. Родителям необходимо следить, чтобы во время выполнения этих манипуляций, губы и нижняя челюсть были неподвижны, а язык не сжимался.

«**Качели**». Ребенку следуют улыбнуться и открыть рот, на счет «раз-два» попеременно дотрагиваться то до верхних, то до нижних зубов. Нижняя челюсть должна оставаться неподвижной.

«**Футбол**». Суть упражнения заключается в том, что кончиком языка необходимо поочередно упираться то до одной щеки, то до другой, как бы качая мячик во рту.

«**Котенок**». Это упражнение детям очень нравится. На небольшую тарелку нужно положить немного варенья, мороженого или сметаны и позволить ребенку слизать лакомство, как котенок.

«**Гармошка**». Язык следует прижать к небу и, не отрывая его, открывать и закрывать рот.

На гармошке я играю, рот пошире открываю, к небу язычок прижму, ниже челюсть отведу.

«**Лошадка**». Исходное положение: улыбнуться и открыть рот.

Пощелкать языком, как стучат лошадки. Кончик языка не должен вытягиваться и подворачиваться вниз, а нижней челюсти необходимо оставаться неподвижной.

«**Грибок**». Язык должен быть прижат к небу – это шляпка грибочка, а уздечка – это ножка, губы следует держать в улыбке.

«**Дотянись до подбородка**». В процессе выполнения десятого упражнения, малышу следует языком тянуться до кончика подбородка, чем дальше он сможет дотянуться, тем больше будет растяжение уздечки.

В процессе выполнения упражнений можно использовать дополнительные предметы, например, резиновое колечко, его можно вырезать из пипетки. Ребенок открывает рот, кладет кольцо на кончик языка, прижимает его к небу и закрывает рот.

Очень эффективно помогает удлинить подъязычную связку специальный массаж. Ребенок может делать его самостоятельно или с помощью родителей.

Массаж для растяжки подъязычной связки:

Большим и указательным пальцем необходимо взяться за кончик языка и поднять его вверх. Рот во время массажа должен быть открыт. Пальцами другой руки, необходимо растягивающими движениями двигаться по уздечке снизу вверх, как бы вытягивая ее. Указательный и средний пальцы следует положить под язык таким образом, чтобы уздечка была между ними. Большим пальцем нужно нажать на переднюю часть языка и выполнять удлиняющие движения наружу. Во время такой манипуляции, указательный и средний пальцы должны быть неподвижны.

Массаж можно выполнять обычными растягиваниями языка в разные стороны.

Взявшись за кончик осторожно тянуть язык наружу