



Самостоятельное определение нормальной длины уздечки

КОРОТКАЯ УЗДЕЧКА ЯЗЫКА



УЗДЕЧКА ЯЗЫКА В НОРМЕ



КОРОТКАЯ УЗДЕЧКА ЯЗЫКА

- ребенок 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
- ребенок может облизать блюдце
- может поцокать языком
- в среднем, длина уздечки у взрослого — 2,5–3 см, у ребенка до года — 8 мм, у ребенка от полутора до тех лет - 1 - 1,5 см.

Артикуляционные упражнения на растяжение подъязычной уздечки

*«Оближи
блюдец».*

Предложите ребенку, как котенку вылизать блюдце. Можно тянуться языком за ложечкой.

«Жачели»

Открыть рот, кончиком языка потянуться сначала к носу, а потом к подбородку, затем опять к носу, а потом снова к подбородку.

«Лошадка»

Улыбнуться, открыть рот. Поцеловать 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.

«Вкусное варенье»

Слегка приоткрыть рот, язык двигается по верхней губе сверху вниз, но не из стороны в сторону (как будто слизывает варенье). Нижняя челюсть должна быть неподвижна.

«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 вглубь ротовой полости и обратно).

Растяжение подъязычной уздечки

Даже если уздечка несколько укорочена (равна 8 мм), то лучше ее растягивать, чем оперировать.

В случае, когда уздечка не была подрезана, ее можно растягивать самостоятельно в домашних условиях.

Мы, логопеды, рекомендуем не ждать. Начните растягивать уздечку уже сейчас. Быть может, что Ваши усилия помогут избежать в дальнейшем операции по подрезанию подъязычной уздечки.

Оперативное вмешательство

К сожалению, не всегда можно добиться желаемого результата артикуляционными упражнениями и растяжением подъязычной связки с механической помощью (логопедическими зондами и другими приспособлениями).

И обращаться к хирургу по поводу усечения уздечки языка все-таки приходится (врачами рекомендуется обращаться за операцией с 5 лет).

Логопед не имеет право, растягивая подъязычную связку механическим способом, как-либо ранить её, вызывая разрывы, трещины и кровоподтеки.

Помните!

- Упражнения необходимо выполнять систематически, постепенно увеличивая время их выполнения и количество повторений каждого упражнения, только тогда будет достигнут нужный эффект.
- Все движения должны выполняться медленно, на улыбке, близко к пределу возможного.
- Имейте в виду, что выполнение упражнений для ребенка физически тяжело, язык может уставать, подъязычная связка может болеть – дайте ему отдых.
- 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. Можно выполнять упражнения под музыку, а можно использовать картинки и схемы.
- Чем раньше Вы начнете занятия с ребенком, тем быстрее достигнете нужного результата.
- Чем старше ребенок, тем сложнее растянуть подъязычную уздечку (целенаправленное растягивание подъязычной уздечки с применением логопедического массажа – процедура неприятная, довольно болезненная для ребенка) Растягивание наиболее успешно до 5 лет.