

Надо ли бороться с вредными привычками у детей?

Профилактические осмотры выявляют у современных детей различные зубочелюстные аномалии, ими страдают от 60 до 80 % детей. В этом же диапазоне колеблется и частота детских речевых нарушений. На профилактических осмотрах выявляются различные «пристрастия» малышей: сосать пустышку, тянуть что-то в рот, закусывать губки или щёчки, дышать через приоткрытый рот, высовывать язычок, облизывать рот и т.д.

Логопеды скажут, что именно эти привычки приводят как зубочелюстным аномалиям, так и к дефектам звукопроизношения. Их поддержат и стоматологи. Они-то прекрасно знают, что в норме у трехлетнего ребёнка должен сформироваться правильный молочный прикус: ровные челюстные дуги, верхние и нижние зубки «смотрят» друг на друга, а верхние резцы на 1/3 перекрывают нижние при смыкании челюстей.

Логопеды ещё добавят: в возрасте трех лет в речи малыша должны появиться все основные звуки, а словарный запас достичь тысячи слов, но при вышеперечисленных нарушениях прикуса добиться этого невозможно ни теоретически, ни практически, стало быть, у ребёнка может возникнуть *задержка речевого развития*.

Запрограммированные привычки

Взрослые часто неосознанно или осознанно программируют кроху на ту или иную вредную привычку. Постоянное давление пальца либо бутылочки на нижнюю челюсть замедляет её рост, челюстная дуга искривляется, нижние центральные зубы наклоняются внутрь ротовой полости. Они могут «сбиваться в кучу», наезжая друг на друга. Верхняя же челюсть начинает выдаваться вперёд, центральные верхние резцы нависают над нижней губой, возникает *прогнатия*.

Одновременно деформируется свод твёрдого нёба, верхние зубы занимают неправильное положение. Впоследствии подобная

«диспозиция» передаётся и постоянным зубам, на фоне всего этого нередко развивается *пародонтит*.

К таким же последствиям приводит и привычка малыша прикусывать нижнюю губку. К пяти годам и в том, и в другом случае у ребёнка формируется ярко выраженная *прогнатия*: верхняя челюсть выдаётся вперёд, а нижняя «уходит назад».

Произношение звуков при этом приобретает губно-зубной характер: «фалпка» (шапка), «фуп» (суп), «вайка» (зайка), «вук» (жук), «вапата» (лапата) и т.д. Если прикусывается верхняя губка, или по какой-то причине малыш выдвигает вперёд нижнюю челюсть (это действие у него иногда приобретает характер «ритуала»), возникает *прогения*. Нижняя челюсть занимает главенствующую позицию: нижние передние зубы перекрывают верхние, а нижняя губа подминает под себя верхнюю. У малыша с прогенией нередко нарушено носовое дыхание, он предпочитает дышать ртом. В этом случае необходимо провериться у отоларинголога, возможно у него аденоиды. Если не принять своевременных мер по устранению всех этих негативных обстоятельств, звуки у ребёнка появятся поздно, голос приобретёт стойкий гнусавый (носовой) оттенок.

Столь распространенная привычка малыша сосать пустышку и в год, и в два года, а иной раз и в три, провоцирует так называемый *передний открытый прикус*: между верхними и нижними зубами образуется щель (по центру, или немного сбоку), в которую просовывается язык. В этом положении язык будет находиться как во время приёма пищи, так и при разговоре. И то и другое выглядит не совсем эстетично. Открытый прикус часто возникает при раннем кариесе передних резцов. В этом случае уже у двух-трехлетних малышей вместо передних зубов – одни гнилые «пенёчки». Причина раннего кариеса – привычка ребёнка засыпать с бутылочкой, в которой налит либо сок, либо подслащённый чай. Именно сладкие напитки и провоцируют ранний кариес.

Спасательные вестибулярные пластинки

Что делать, если дефект прикуса у ребенка и налицо, и на лице, а звуки оставляют желать лучшего? Прибавьте к этому затрудненное носовое дыхание, постоянно полуоткрытый рот. В первую очередь, надо посетить кабинет врача-ортодонта. Возможно, он посоветует для исправления прикуса и нормализации носового дыхания так называемые *вестибулярные пластинки*, которые применяются строго по показанию и по назначению врача. Для исправления прикуса (прогнатия, прогения) применяются пластинки с козырьком.

У ребенка передний открытый прикус и межзубное произношение звуков? Тогда используется пластинка с проволочной заслонкой для языка. Её девиз: «Язык не пройдёт!» Если у малыша есть дефекты звукопроизношения, или нарушен темп речи (заикание, полтерн, брадилалия, тахилалия), есть смысл использовать пластинку с бусинкой. Для нормализации функции дыхания (привычное ротовое дыхание) поможет так называемая стандартная вестибулярная пластинка. Она располагается в преддверии рта - перед зубами ребёнка. Врождённый смыкательный рефлекс удерживает её в нужном положении, и при этом дышит малыш только носом.



Как исправить прогнатия?

Упражнения для губ и нижней челюсти – миогимнастика, проводится параллельно с дыхательной гимнастикой и ношением вестибулярной пластинки (с козырьком, направленным вниз). Естественно, во время миогимнастики пластинки во рту малыша быть не должно! Прodelьваются упражнения 2-3 раза в день сначала 5 минут, затем - 10-15 минут, сидя перед

зеркалом. И хорошо бы перед началом домашних самостоятельных занятий побывать у логопеда.

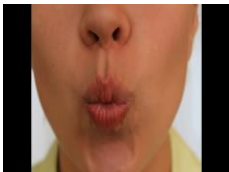
1. Упражнение «Улыбка».

Губы естественно улыбаются, зубы сжаты «заборчиком», т.е. верхние зубы «стоят» на над соответствующими нижними. Передние зубы хорошо видны. Удерживать такое положение не менее 10 секунд (от занятия к занятию время удлиняется).



2. Упражнение «Трубочка».

Зубы плотно сжаты. Вытянуть губы вперед трубочкой и удерживать в таком положении не менее 10 секунд (продолжительность постепенно увеличивается).



3. Чередовать упражнения «Улыбка» - «Трубочка» под счет «раз-два» не менее 10-15 раз. Зубы всё время сжаты! Не торопитесь! Фиксируйте то и другое положение губ.

4. Упражнение «Рыбка».

Зубы крепко сжаты, губы вытянуты вперёд (см. упр. «Трубочка»). Губы то раскрываются, то смыкаются (как это делает ротиком рыбка в аквариуме).

Как устранить прогению?

Исправить прогению (нижняя челюсть неестественно выдаётся вперёд) бывает непросто. Но регулярное ношение вестибулярной пластинки (с козырьком, направленным вверх) и выполнение артикуляционных упражнений (миогимнастики) помогают справиться и с этой аномалией

прикуса. Ребёнку надо представить, что его зубки и губки, это «упрямые двери», которые так и норовят «перекоситься».

1. Артикуляционное

упражнение «Выравниваем двери»:

а) рот приоткрыть, затем, медленно перемещая нижнюю челюсть назад, установить края нижних центральных зубов на края верхних, удержать это положение 5-10 секунд;

б) рот открыть, затем, перемещая нижнюю челюсть назад, плотно сжать губы, слегка прикусив их зубами, удержать 5-10 секунд. Что приходится делать, если одна створка двери мешает закрываться другой? Правильно, брать рубанок и убирать всё «лишнее»!

2. Упражнение «Рубанок»:

«Поскрести» верхними центральными зубами по нижней губе не менее 10-15 раз. Нижняя челюсть отодвигается назад и активно «помогает» в этой работе.

3. Упражнение «Кролик»:

покусать верхними передними зубами нижнюю губку не менее 10-15 раз. Затем захватить нижнюю губу верхними зубами и зафиксировать это положение в течение 5-10 секунд. С помощью артикуляционных упражнений и пластинок ребёнок приобретает полезные навыки, помогающие справиться с произношением трудных звуков, у него формируется правильный прикус. Но надо быть готовым к тому, что ношение пластин и постановка звуков растянется на несколько лет. От родителей и от ребёнка это потребует огромного терпения.



Областное казенное учреждение для детей,
нуждающихся в психолого-педагогической,
медицинской и социальной помощи
«КУРСКИЙ ОБЛАСТНОЙ ЦЕНТР
ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОГО,
МЕДИЦИНСКОГО И СОЦИАЛЬНОГО
СОПРОВОЖДЕНИЯ»

305000, г. Курск, ул. Кирова, д. 7; тел.: (4712) 51-14-75,
305048, г. Курск, пр. Дружбы, д. 5, тел.: (4712) 57-20-85

<http://www.pmc-kursk.ru>

Дефекты прикуса

(вредные для
речи привычки)



Составитель:
учитель-логопед Ругаева Т.И.

Курск, 2019

