

МОЖНО ЛИ НОРМАЛИЗОВАТЬ ПРИКУС, ИСПОЛЬЗУЯ АРТИКУЛЯЦИОННЫЕ УПРАЖНЕНИЯ?

Часто после первичного посещения ортодонта родители интересуются необходимостью посещения логопедических занятий. Как взаимосвязаны прикус и звукопроизношение? Можно ли скорректировать прикус? На эти и другие вопросы вы найдете ответы в нашей статье.

Что может повлиять на формирование неправильного прикуса?

Основной причиной большинства аномалий и деформаций челюстно-лицевой области является неправильное распределение мышечного давления при жевании, а также при нарушенных функциях дыхания, глотания и речеобразования.

Как правило, факторы риска формирования подобных нарушений закладываются у ребенка в самом раннем возрасте, в период так называемого молочного (или временного) прикуса и закрепляются в виде вредных привычек и дисфункций, связанных с работой мышц приоральной области (зоны вокруг губ), влияние которых на формирование зубочелюстно-лицевой системы особенно значимо.

На формирование зубочелюстной системы оказывают влияние процессы *дыхания, глотания и жевания*. Отклонения от нормы ведут не только к нарушениям формирования прикуса, но и отражаются на здоровье ребенка - дошкольника в целом.

Вследствие частых простудных заболеваний, тонзиллитов, гайморитов, аденоидных разрастаниях ребенок отвыкает дышать носом. При затрудненном прохождении струи воздуха через носовые ходы формируется привычное ротовое дыхание. Если рот постоянно приоткрыт, на его нижнюю челюсть не оказывается нужного равномерного давления со стороны языка и щек и происходит задержка в развитии нижней челюсти.

Также среди причин неправильного прикуса у детей выделяют: неправильное искусственное вскармливание; преобладание в рационе ребенка мягкой пищи; ранняя потеря молочных зубов; несвоевременное прорезывание зубов; вредные привычки (прикусывание губ, сосание пальцев, игрушек и т.п.); длительное использование соски (больше 1-1,5 лет); детские болезни, влияющие на рост и развитие костей (рахит и др.) и др.

Можно ли нормализовать прикус, используя артикуляционные упражнения?

При коррекции прикуса важна комбинированная работа нескольких специалистов: стоматолога-ортодонта и логопеда. При этом уже во время коррекции прикуса логопед может проводить соответствующие

артикуляционные упражнения, ускоряющие также и ортодонтическое лечение.

Какие артикуляционные упражнения можно выполнять в домашних условиях?

Приведем примеры упражнений, которые можно выполнять при прогении, т.е. в том случае, когда зубной ряд нижней челюсти расположен впереди по отношению к верхнему.

1. Кончик языка за верхними зубками, на бугорочках, рот – открыт (*артикуляционное упражнение «заборчик»*), но обращаем внимание на то, что кончик языка в верхнем положении.

2. Рот широко открыт (*артикуляционное упражнение «солдатик»*)- верхняя губа натягивается на верхние зубы.

3. Поднять язык вверх и расположить у переднего участка твердого нёба, затем переместить по своду твердого нёба в переднем отделе и максимально назад до мягкого нёба. Медленно водить языком по верхнему нёбу - за бугорочки и обратно. Рот открыт, широкая улыбка (*артикуляционное упражнение «маляр»*).

4. Произношение согласных звуков [Т,ТЬ,Д,ДЬ,Н,НЬ,Л,ЛЬ] –кончик языка на бугорочках верхних зубов.

5. Зубы сомкнуты, губы вытянуты вперед, сомкнуты (*артикуляционное упражнение «хоботок»*), но обращаем внимание на то, что кончик языка в верхнем положении, затем указательным пальцем правой руки «сдвигаем» «хоботочек» влево и вправо.

6. Цокать языком, подражая звуку ударов копыт лошади. Выполнять 50—60 раз (*артикуляционное упражнение «лошадка»*).

7. Полуоткрыть рот, облизывать верхнюю и нижнюю губу, проводя языком от одного угла рта к другому - (*артикуляционное упражнение «вкусное варенье»*)

8. Проводить кончиком языка по язычной, а затем по вестибулярной поверхности зубов, (*артикуляционное упражнение «сосчитай зубки»*)

9. Медленно открывая рот, упереться кончиком языка то в одну, то в другую щеку (*артикуляционное упражнение «футбол»*).

Уважаемые родители, помните, что исправление неправильного прикуса у ребенка происходит гораздо быстрее, чем у взрослого человека. Помните, что чем раньше обнаружится неправильный прикус у ребенка, тем быстрее и легче его исправить.

В Службе консультационной поддержки родителей «Семейный навигатор» Вы можете получить квалифицированную психолого-

педагогическую помощь, записавшись на бесплатную консультацию к специалисту по телефону: 32-35-90.

© Ищук Елена Алексеевна