Структурное подразделение «Детский сад №11 комбинированного вида»

МБДОУ «Детский сад «Радуга» комбинированного вида»

Рузаевского муниципального района

Консультация для родителей:

**«Короткая уздечка языка.**

**Подрезать или растягивать?»**

Составила:

учитель-логопед

Мухаева М. Б.

Рузаевка 2021

В последнее время дефект «Короткая уздечка языка» встречается довольно часто у детей. Для многих родителей это является поводом для беспокойства. К сожалению, даже не посвященные в медицинские тонкости родители знакомы с мнением, что короткая уздечка языка у ребенка — это причина логопедических проблем. Почему «к сожалению»? Потому что именно незнание материала приводит к однозначному решению — уздечку надо подрезать!

Помните, в фильме «Покровские ворота» характерную женщину-хирурга с ее знаменитой фразой «Резать!.. не дожидаясь перитонита»? Так вот и с бедной уздечкой часто происходит то же самое. Однако, как показывает опыт, не всегда существует лишь один-единственный выход. Далеко не каждый случай так называемой «короткой уздечки» требует радикальных мер.

Так что же это за уздечка? Перепонку, которая находится под языком и соединяет язык с дном полости рта, называют **подъязычной уздечкой.** В норме уздечка довольна эластична, хорошо тянется и прикрепляется к языку в средней его части. 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. У разных людей уздечка под языком может быть разной длины.

У младенцев аномальное строение уздечки может вызывать сложности с сосанием. Трудности с грудным вскармливанием возникают у четверти детей с короткой уздечкой языка. В этом случае ребенок не может правильно захватить ртом грудь, из-за чего постоянно ухудшает захват соска или неоднократно «теряет» грудь в процессе кормления. Во время сосания появляются характерные звуки щелканья (цоканья) языком, отмечается беспокойное поведение, быстрая утомляемость. При этом за одно кормление ребенок высасывает объем молока, недостаточный для насыщения.

Часто мамы отмечают, что ребенок с короткой уздечкой для сосания использует губы, кусает или жует грудь деснами, компенсируя неправильное положение языка и пытаясь увеличить давление на грудь.Процесс кормления ребенка с короткой уздечкой языка становится утомительным для мамы и малыша, может сопровождаться болевыми ощущениями в связи с травмированием и [трещинами соска](https://www.krasotaimedicina.ru/diseases/zabolevanija_mammology/fractured_nipple). 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

В некоторых случаях, даже при короткой уздечке языка, ребенок сосет правильно и получает достаточное количество молока. У таких деток анатомическая особенность может проявиться в более старшем возрасте, в период становления речевой функции. Короткая уздечка языка у ребенка препятствует правильной артикуляции соноров ([р], ([р´], [л], [л´]), щипящих ([ш], [ж], [ч], [щ]) и других звуков верхней артикуляции ([т], [т'], [д], [д']). В логопедии данное состояние расценивается как [механическая дислалия](https://www.krasotaimedicina.ru/diseases/speech-disorder/mechanical-dyslalia).

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 визуально 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.

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. Даже если уздечка укорочена (менее 8 мм.), то лучше её растягивать, чем оперировать. В пользу этого говорит то, что после операции на уздечке останется рубец, который также будет сокращать её подвижность. Кроме того, прооперированный ребёнок ещё долго будет опасаться делать артикуляционные упражнения для подъязычной связки, чтобы избежать некогда испытанных  
болевых ощущений. Короткая уздечка языка растягивается на необходимую длину с помощью специальных упражнений. Если она очень короткая на её растягивание может потребоваться достаточное количество времени (может быть, около трёх месяцев).

Чтобы растянуть подъязычную уздечку языка 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 в правилами хорошего тона, но зато поможет справиться с речевыми проблемами. Сделайте это игрой!

Также полезно немного подразниться. Пусть ребенок вытягивает язык как можно дальше.

**Упражнения для растяжение уздечки:**

* Приоткрыть рот, язык расслаблен, положить его на нижнюю губу и подержать в таком положении несколько секунд.
* Постараться коснуться кончиком языка носа, затем подбородка. Повторить несколько раз.
* Облизывать верхнюю губу (упражнение «Варенье»), рот немного приоткрыт.
* Удерживать язык в вытянутом вперед положении.
* Щелкать языком (упражнение «Лошадка»).
* С немного приоткрытым ртом двигать языком по небу спереди назад (в направлении от зубов к горлу).
* Упереться кончиком языка в месте сразу за верхними зубами. Стараться открыть рот максимально широко.

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.

Упражнений для растягивания уздечка можно придумать множество, но только регулярно выполняя их и постепенно увеличивая количество упражнений можно добиться нужного результата. И помните, чем раньше вы начнете занятия с ребенком, тем быстрее растяните короткую уздечку. Работа под контролем логопеда поможет достичь успеха безопасно и с максимальным эффектом.