Консультация

логопеда Пергаевой Л.А.

 Тема : Подъязычная связка

**Что делать, если у моего ребенка короткая подъязычная связка?**



     Многие родители спрашивают: «Что делать, если у моего ребенка короткая подъязычная уздечка? Подрезать ее или нет?». Подъязычная уздечка – перепонка, которая находится под языком и соединяет язык с подъязычным пространством. Как определить, достаточной ли длины подъязычная уздечка? Действительно, у разных людей подъязычная связка (уздечка) может быть разной длины. Если 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, если он может облизать блюдце, поцокать языком, то у него, скорее всего, не будет препятствий для постановки звуков, требующих подъема языка к небу. У ребенка 5 лет уздечка в растянутом состоянии должна быть не менее 8 мм.

**Короткая подъязычная связка (уздечка) — врожденный дефект, заключающийся в укорочении уздечки языка (подъязычной связки).**

**Чем это грозит?**

* может вызывать затруднение движений языка, т.к. не дает ему возможности высоко пониматься. В этом случае страдают так называемые "верхние звуки", т.е. нарушается произношение таких звуков, как Ш, Ж, Ч, Щ, Р, Рь
* может приводить к смещению центра языка, его несимметричному развитию и малой подвижности, что препятствует формированию правильной артикуляционной позы некоторых звуков.
* может быть и причиной нарушения дикции.

**Дикция**

Это ясность, разборчивость произнесения в некоторых случаях, может провоцировать проблемы с формированием нижней челюсти, т.е. могут отклоняться зубы и оголяться шейки зубов. Есть риск развития пародонтита и гингивита. Поэтому нужна консультация ортодонта.

**Что делать?**

**Здесь два пути:**

* Оперативное вмешательство
* Растяжение подъязычной уздечки

     Даже если уздечка несколько укорочена (равна 8 мм), то лучше ее

растягивать, чем оперировать

**Рекомендуем не ждать. Начните растягивать уздечку уже сейчас.**

     Существует комплекс упражнений на растягивание подъязычной уздечки. Быть может, что ваши усилия помогут избежать в дальнейшем операции по подрезанию подъязычной уздечки. Многие упражнения можно начинать делать с самого раннего возраста.

**Помните!**

    Ребенок  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.

     **Самым маленьким можно посоветовать такие упражнения:**

* «Оближи блюдце» (предложите ребенку, как котенку вылизать блюдце o можно тянуться языком за ложечкой)
* «Дотянись языком до подбородка»
* «Дотянись языком до носа»

**«Качели»**

     Открыть рот, кончиком языка потянуться сначала к носу, а потом к

подбородку, затем опять к носу, а потом снова к подбородку. Так качаются качели. Выше дуба, выше ели На качелях мы взлетели. А скажите, вы б сумели Язычком «качать качели»?

**«Лошадка»**

     Улыбнуться, открыть рот. Пощелкать кончиком языка, как цокают лошадки. Рот при этом открыт, язык должен быть широким. Следить, чтобы кончик языка не подворачивался внутрь, а нижняя челюсть оставалась неподвижной Едем, едем на лошадке По дорожке гладкой. В гости нас звала соседка Кушать пудинг сладкий. Мы приехали к обеду, А соседки дома нету. Можно сесть на игрушечную лошадку (если она есть в доме), а можно – к маме на колени.

**Детям постарше**, наряду с предыдущими, можно давать такие упражнения:

**«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. 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) Красить комнаты пора. Пригласили маляра. Челюсть ниже опускаем, Маляру мы помогаем

**Упражнение «барабан»** Покажите ребенку, как можно изобразить барабан, отбивая дробь с помощью языка. Для этого надо открыть рот, слегка улыбнуться и напряженным кончиком языка постучать по альвеолам (бугоркам за верхними резцами), многократно и отчетливо, на одном дыхании, произнося звуки «Д-Д-Д». Сначала стучать следует медленно, а затем увеличьте темп. Попросить ребенка повторить. Следите за тем, чтобы во время выполнения упражнения ребенок не закрывал рот. Посоревнуйтесь, чей барабан дольше стучит.

**«Грибок»** Широко открыть рот, прижать широкий язык всей плоскостью к небу и присосать его. Удерживать язык в таком положении 5-10с. Язык будет напоминать шапку грибка, а растянутая подъязычная связка – его тоненькую ножку. Затем, «отклеить» язык и закрыть рот. Повторить упражнение 2-3 раза.

**Помните!**

Упражнения необходимо выполнять систематически, постепенно увеличивая время их выполнения (количество повторений каждого упражнения), только тогда будет достигнут нужный эффект.

**Чем раньше Вы начнете занятия с ребенком, тем быстрее достигнете нужного результата.**

Чем старше ребёнок, тем сложнее растянуть подъязычную уздечку (целена-правленное растягивание подъязычной уздечки с применением логопедического массажа – процедура не приятная, довольно болезненная для ребёнка), растягивание наиболее успешно до 5-ти лет.