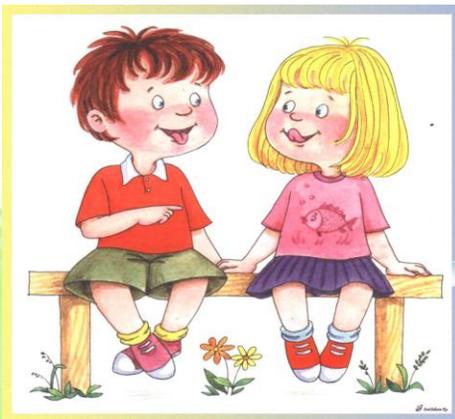


Укороченная уздечка языка. Растягивать или резать?

Оглавление

1. Что такое уздечка языка? Сколько всего уздечек во рту?
2. Уздечки верхней и нижней губы.
3. Чем опасна короткая уздечка языка.
4. Классификация типов короткой уздечки языка у детей.
5. Причины развития патологии уздечки языка у ребенка.
6. Как распознать патологию у ребенка. Симптомы короткой уздечки языка
7. Лечение
 1. Подрезание хирургическим вмешательством.
Возрастные ограничения по проведению пластики уздечки языка.
Почему от 4,5 до 5 лет?
Противопоказания к операции.
 2. Занятия с логопедом.
10 артикуляционных упражнений для растяжки уздечки языка у ребенка.
Комплекс упражнений для растяжки короткой уздечки языка.
Как делать логопедический массаж при короткой уздечке языка у детей?



1. Что такое уздечка языка? Сколько всего уздечек во рту?

Язык - орган вкуса и речи. У языка много задач: это и перемешивание пищи во время жевания, и определение вкуса, и, конечно, речь. Состояние ротовой полости играет роль и в формировании внешнего вида и красивой улыбки. Язык состоит из мышц, покрытых сверху слизистой оболочкой. Язык должен обладать определенной степенью подвижности. Одной из причин ограничения подвижности языка может являться короткая уздечка.

Уздечка языка или подъязычная связка, представляет собой складку слизистой оболочки полости рта и выглядит как перепонка, которая соединяет язык и дно ротовой полости. В норме уздечка достаточно эластична, тянется примерно от середины языка и не препятствует его подвижности. При аномальном строении уздечка языка может прикрепляться чуть ближе к кончику языка, а иногда может тянуться практически от кончика, тем самым либо ограничивая амплитуду движений органа, либо делая его неподвижным.

Всего во рту человека находится **три уздечки**:

1. Уздечка языка — расположена под языком, самая сложная уздечка, которая вызывает множество вопросов у родителей.
2. Уздечка верхней губы — локализуется между верхней губой и слизистой десен над уровнем центральных резцов.
3. Уздечка нижней губы — соединяет внутреннюю поверхность нижней губы с деснами на уровне середины альвеолярного отростка на нижней челюсти.

2. Уздечки верхней и нижней губы

Уздечка верхней губы – это мягкая и эластичная складка, которую можно обнаружить при оттягивании губы (расположена вертикально, идет от десны). В норме она практически незаметна, находится в середине зубного ряда на 5-8 мм выше шейки зубов. При правильном размере эта складка не вызывает проблем с артикуляцией, приемом пищи или появления недостатков в лицевой области у рта.

1. Короткая уздечка верхней губы может стать причиной косметического дефекта - диастемы (щели между передними зубами).

2. При движениях верхней губы уздечка тянет за собой межзубную десну – в результате этого она отходит от передних резцов, возникает их гиперчувствительность, обнажение корней, заболевания пародонта и т. д. Это особенно заметно у людей старшего возраста.

У детей же проблема еще серьезней – в период формирования постоянного прикуса укороченная уздечка верхней губы приводит к выдвигению передних зубов вперед, особенно, если места в зубном ряду недостаточно. Впоследствии, такие нарушения прикуса исправлять сложно, долго и дорого.

3. В некоторых случаях логопеды отмечают затруднительное произношение звуков, требующих участия губ – «у», «о» и пр., а гласные – это те звуки, которые ребенок произносит в первую очередь.



Уздечка нижней губы прикрепляется по тому же принципу, что и верхняя, только на нижней челюсти. Она может вообще отсутствовать или быть двойной. Уздечка должна быть тонкой и вплетаться посередине альвеолярного отростка челюсти, и при этом совпадать со средней линией центральных резцов. В противном случае уздечка считается короткой.

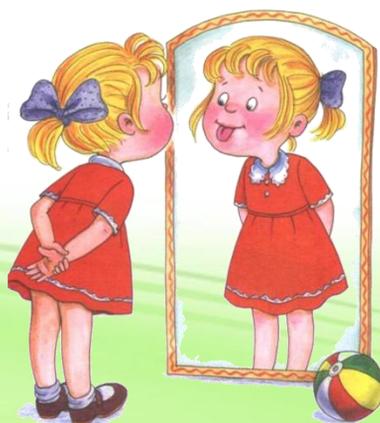
При движениях нижней губы возникает нежелательная тяга в области межзубного сосочка, образуется десневой карман, куда забиваются остатки пищи, возникает воспаление. Постепенно десна оттягивается к низу, зубы могут стать подвижными. В такой ситуации требуется пластика уздечки нижней губы, которая выполняется аналогично такой операции на верхней губе. Как правило, десна после операции быстро восстанавливается.



3. Чем опасна короткая уздечка языка

Укороченная уздечка языка мешает новорожденному правильно взять грудь и долго удерживать ее во рту, подростку малышу не позволяет хорошо жевать, поскольку смещает нижнюю челюсть, затягивая ее вглубь рта и способствуя развитию неправильного прикуса; искаженно формируется челюсть, зубной ряд, и др. Возможны обильное слюноотделение, образование щели между передними нижними резцами (диастема), аэрофагия (систематическое заглатывание воздуха во время или вне приема пищи, которое приводит к последующему его отрыгиванию), храп, а также вероятно возникновение апноэ – затрудненного дыхания, сниженного уровня поступления кислорода и другие проблемы.

При полной короткой уздечке язык ребенка практически обездвижен, что значительно затрудняет произношения большинства звуков речи. Ребенку, который учится говорить, может являться причиной трудностей формирования звуков верхнего подъема.



4. Классификация типов короткой уздечки языка у детей

В клинической практике выделяют **5 типов коротких уздечек**, ограничивающих подвижность языка у ребенка:

- тонкая, прозрачная укороченная уздечка, ограничивающая подвижность языка;
- тонкая, полупрозрачная укороченная уздечка, прикрепленная своим передним краем близко к кончику языка, из-за чего при его подъеме вверх кончик раздваивается в виде «сердечка»;
- короткая уздечка языка в виде толстого, мощного, непрозрачного тяжа, прикрепленного близко к кончику языка. Подвижность языка ограничена, при выдвигении его кончик подворачивается, спинка поднимается горкой;
- короткий плотный тяж уздечки сращен с мышцами языка. Встречается у детей с врожденными расщелинами губы и нёба;
- тяж уздечки практически не выделяется; его волокна переплетаются с мышцами языка, резко ограничивая подвижность последнего.

Также разделяются понятия полной и частичной короткой уздечки языка у ребенка. От того, какого типа патология, зависит уровень дискомфорта ребенка, вид выбранного лечения (оперативное вмешательство или корректирующие упражнения).



5. Причины развития патологии уздечки языка у ребенка

Патология уздечки языка бывает врожденной и наследственной. Следует понимать, что это понятия абсолютно разные. Если врожденная патология уже присутствует при рождении, то наследственная наиболее часто уже имеется у кого-то из членов семьи.

У мальчиков дефект встречается чаще, чем у девочек. У ребенка 5 лет длина уздечки в растянутом состоянии должна равняться не менее 0,8 см. Для сравнения, у взрослого человека длина уздечки не более 3-х см.

Формирование аномалии, связанной с короткой подъязычной перепонкой, закладывается еще до рождения ребенка. Этому предшествуют негативные факторы, к которым относят:

- генетическая предрасположенность;
- пагубные, вредные привычки у будущей роженицы;
- вирусные и инфекционные заболевания, перенесенные матерью в течение беременности, особенно в I и III триместры;
- механические травмы живота будущей матери;
- возраст будущей матери старше 35 лет;
- прием некоторых лекарств, стрессы, профессиональные вредности (работа с красками, лаками, химическими реактивами и др.)
- неблагоприятные экологические условия;
- влияние других факторов невыясненной этиологии (заболевания соматического характера будущей мамы.

6. Как распознать патологию у ребенка. Симптомы короткой уздечки языка

Распознать патологическую уздечку языка у новорожденного может врач-неонатолог, педиатр или сама мама. Если во время первого и последующих грудных кормлений ребенок испытывает трудности, не может правильно захватывать сосок, значит, следует обратиться к врачу.

В возрасте 3-4 лет дети начинают разговаривать фразами, и, конечно же, Вы можете заметить дефекты речи, неправильное произношение звуков. В этом случае Вашему ребенку необходим осмотр логопеда.

Выявить короткую уздечку языка так же может хирург и ортодонт на профилактических осмотрах.

Наиболее распространенными симптомами короткой уздечки языка у ребенка являются следующие:

- проблемы с кормлением у новорожденных, трудности при сосании груди, с ее нормальным захватом. Следствием недостаточного питания служит плохая прибавка массы тела, а в некоторых случаях – гипотрофия (хроническое нарушение питания, сопровождающееся недостаточным приростом массы тела ребенка по отношению к его росту и возрасту);
- ребенок не в состоянии достать кончиком языка до передних зубов верхней челюсти, неба;
- у ребенка могут появиться сложности передвижения кончика языка из одной стороны в другую;

- передние зубы нижней челюсти могут иметь расщелину между друг другом;
- при вытягивании языка вперед, его кончик остается плоским, квадратным, а при подъеме вверх язык образует раздвоение по форме, напоминающее сердечко, приобретает горбатую форму, либо свернут в желобок;
- неправильное звукопроизношение, при котором речь ребенка становится неразборчивой и непонятной для окружающих. 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´]).

Важно понимать, что если проблема уздечки языка существует, то рано или поздно ее придется решать. Чем раньше будут предприняты меры, тем легче и безболезненнее ребенок их перенесет.



7. Лечение

Короткая уздечка языка не является серьезной проблемой, но, тем не менее, оставлять ее без внимания нельзя.

Если к 5 годам ваш ребенок все еще не выговаривает некоторые буквы, его речь смазана и не четка родителям следует побеспокоиться.

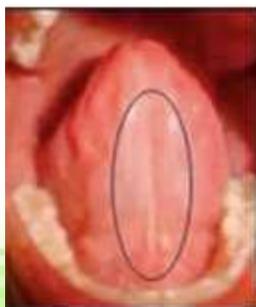
Никакие лекарства, таблетки, медикаментозные препараты, специальное питание или народные средства лечить короткую уздечку языка у ребенка не в состоянии. Только хирургическое вмешательство или упражнения под управлением логопеда могут избавить от такой патологии.

В настоящее время специалисты предлагают провести два вида лечения.

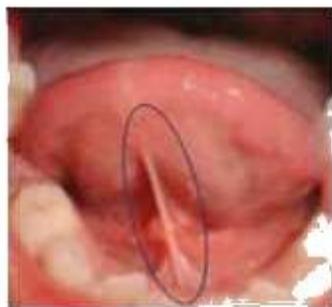
1. Подрезание хирургическим вмешательством.

Хирургическое вмешательство проводится при условии, что патология имеет среднюю или тяжелую форму с ограничением подвижности языка.

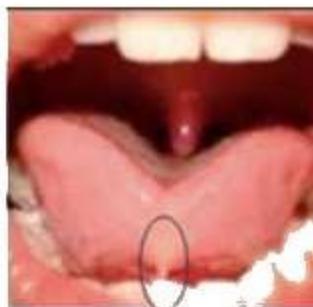
Уздечка языка: 3 степени аномалии



Лёгкая



Средняя



Тяжёлая



Если короткая уздечка выявляется еще в роддоме, то ее подрезка проводится сразу же. Это делается для того, что бы малыш мог правильно брать сосок и полноценно питаться. Если же укорочение диагностировано в старшем возрасте и не корректируется логопедическими методиками, то возможны три варианта оперативного лечения:

Френотомия — подрезание с целью увеличения ее длины.

Френэктомия — обрезание, когда она практически полностью иссекается.

Френулопластика — пластика, во время которой изменяют место ее прикрепления во рту.

Обычно операции по коррекции уздечки находятся в компетенции врача хирурга-стоматолога. Для начала обращаемся за консультацией к врачу-ортодонт (именно он решает - делать или нет подрезание!), делаем ортопантограмму (рентгеновский снимок, на котором запечатлены сразу все зубы, он необходим для того, чтобы оценить, насколько «глубоко» уздечка вплетена в костную ткань). И все... на прием к хирургу-стоматологу!

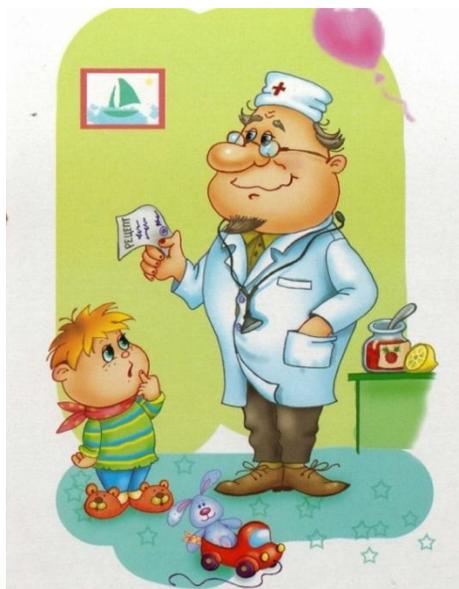
Операция подрезания уздечки проводится амбулаторно в хирургическом кабинете стоматологической поликлиники, проводится под местной анестезией, что исключает возможность каких — либо болевых ощущений. Процедура длится минут 10-15.

Доктор аккуратно натягивает складку слизистой оболочки и острым скальпелем делает небольшой надрез. После чего на края накладываются маленькие шовчики из нитей, которые через некоторое время самостоятельно рассасываются и не нуждаются в снятии.

Более современной методикой является рассечение лазером (электрокоагуляция), благодаря которому нет необходимости в накладывании швов, что ускоряет процесс восстановления ребенка.

Длительность лазерной операции 3-5 минут. Этот метод не вызывает кровотечений, осложнений в виде присоединения вторичных инфекций, он точный и практически безболезненный.

Послеоперационный период протекает спокойно. Есть определенные требования, которые вам озвучит специалист.



Возрастные ограничения по проведению пластики уздечки языка.

Пластику уздечки языка делают детям грудного возраста (в роддоме), детям в возрасте от 4,5 до 5 лет, школьникам и взрослым. Самый оптимальный срок для вмешательства, когда прорезались центральные постоянные резцы и начали прорезываться вторые постоянные резцы. В любом случае необходима консультация врача и логопедическая гимнастика, которую можно выполнять уже на 3-ий день после операции.

Следует понимать, что пластика короткой уздечки языка, проведенная ребенку старшего возраста, не может автоматически привести к нормализации речи. Для исправления дефектов звукопроизношения необходим курс специальных логопедических занятий.

Почему от 4,5 до 5 лет?

Логопедическая гимнастика поможет языку пребывать в движении, что не позволит зарости уздечке и не заставит в будущем повторно проделать такую операцию (зачем, если это можно сделать один раз!)

Также подрезание уздечки может спровоцировать образование рубца, который также будет тянуть, как и предыдущая уздечка.

При работе «в слепую» можно повредить зачатки постоянных зубов. **Противопоказания к операции:**

- Онкологические заболевания.
- Гематологические заболевания.
- Острые инфекционные заболевания.
- Воспалительные заболевания слизистой оболочки полости рта.
- Наличие не санированных очагов полости рта.

2. Занятия с логопедом

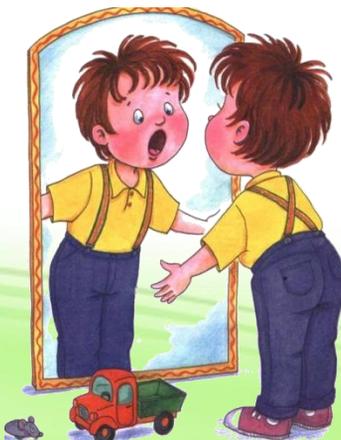
Если ребенок не испытывает неудобств при грудном вскармливании, а произношение звуков у него удовлетворительное, то возможно решить проблему поможет логопед. В этом случае длину уздечки языка растягивают с помощью массажа, логопедических упражнений, артикуляционной гимнастики и др.

10 артикуляционных упражнений для растяжки уздечки языка у ребенка

Для растяжения короткой уздечки языка разработаны эффективные упражнения, которые помогут достигнуть необходимых результатов. При **правильном и ежедневном выполнении этих упражнений, можно добиться растяжения уздечки и избежать операционного вмешательства.**

Существует несколько правил, которые необходимо соблюдать во время выполнения артикуляционных упражнений:

- упражнения следует выполнять медленно, четко;
- во время выполнения упражнений рот открывать максимально широко и с улыбкой;
- любая тренировка – это физическая нагрузка для языка, поэтому начинаем выполнять сначала 3-4 упражнения, постепенно увеличивая количество и время.





Комплекс упражнений для растяжки короткой уздечки языка:

1. «Маляр». Выполнять упражнение необходимо с широко открытым ртом и улыбкой. Кончиком языка следует провести по небу, начиная от зубов к горлу, при этом нижняя челюсть не должна двигаться. Сопровождается выполнение упражнения стишком:

2. «Барабан». Выполняется с открытым ртом и улыбкой. Суть упражнения — это многократное произношение буквы [Д]. Выговаривать ее необходимо как можно четче. Во время произношения звука язык должен упираться в верхние зубы, а рот следует держать открытым. В процессе выполнения этого упражнения ребенок может непроизвольно закрывать рот, для того, чтобы этого не происходило, следует зажать между его зубами палочку, примерно 1 см шириной, это может быть ручка от зубной щетки или какой-нибудь другой предмет.

3. «Дотянись до носа». Также как и в предыдущих упражнениях, рот, необходимо открыть и улыбаться. Краешек языка необходимо тянуть к носу и опускать к верхней губе. Родителям необходимо следить, чтобы во время выполнения этих манипуляций, губы и нижняя челюсть были неподвижны, а язык не сжимался.

4. «Качели». Ребенку следуют улыбнуться и открыть рот, на счет «раз-два» попеременно дотрагиваться то до верхних, то до нижних зубов. Нижняя челюсть должна оставаться неподвижной.

5. «Футбол». Суть упражнения заключается в том, что кончиком языка необходимо поочередно упираться то до одной щеки, то до другой, как бы качая мячик во рту.

6. «Котенок». Это упражнение детям очень нравится. На небольшую тарелку нужно положить немного варенья, мороженого или сметаны и позволить ребенку слизать лакомство, как котенок.

7. «Гармошка». Язык следует прижать к небу и, не отрывая его, открывать и закрывать рот.

8. «Лошадка». Исходное положение: улыбнуться и открыть рот. Поцеловать языком, как стучат лошадки. Кончик языка не должен вытягиваться и подворачиваться вниз, а нижней челюсти необходимо оставаться неподвижной.

9. «Грибок». Язык должен быть прижат к небу – это шляпка грибочка, а уздечка – это ножка, губы следует держать в улыбке.

10. «Дотянись до подбородка». В процессе выполнения десятого упражнения, малышу следует языком тянуться до кончика подбородка, чем дальше он сможет дотянуться, тем больше будет растяжение уздечки.

Как делать логопедический массаж при короткой уздечке языка у детей?

Очень эффективно помогает удлинить подъязычную связку специальный массаж. Ребенок может делать его самостоятельно или с помощью родителей.

Массаж для растяжки подъязычной связки:

- ❖ Большим и указательным пальцем необходимо взяться за кончик языка и поднять его вверх. Рот во время массажа должен быть открыт. Пальцами другой руки, необходимо растягивающими движениями двигаться по уздечке снизу вверх, как бы вытягивая ее.
- ❖ Указательный и средний пальцы следует положить под язык таким образом, чтобы уздечка была между ними. Большим пальцем нужно нажать на переднюю часть языка и выполнять удлиняющие движения наружу. Во время такой манипуляции, указательный и средний пальцы должны быть неподвижны.
- ❖ Массаж можно выполнять обычными растягиваниями языка в разные стороны. Взявшись за кончик осторожно тянуть язык наружу.

Растягивание уздечки – это процедура неприятная и даже немного болезненная для ребенка. Не нужно ждать больших результатов после двух-трех дней занятий, следует набраться терпения и постепенно идти к своей цели.