# *Короткая уздечка языка у ребенка: как исправить аномалию развития?*



 **Короткая уздечка языка у ребенка** – укороченная подъязычная связка, препятствующая полному объему движений языка в ротовой полости. Короткая уздечка языка у ребенка нарушает функцию сосания, мешает формированию правильного звукопроизношения, способствует смещению зубных рядов, формированию неправильного прикуса, гингивита, пародонтита и пр.

Короткая уздечка языка у ребенка выявляется при визуальном осмотре полости рта. Возможно два пути лечения короткой уздечки языка у ребенка – консервативный (растяжение связки посредством артикуляционной гимнастики) и хирургический (френулотомия).

**Причины короткой уздечки языка у ребенка.**

Почти в половине случаев короткая уздечка языка наследуется ребенком от одного из родителей. Ненаследственные случаи укороченной подъязычной связки могут быть связаны с вредными воздействиями на эмбрион в первом триместре, в период формирования зубочелюстной системы. К числу этиологических факторов относят токсикозы беременности, вирусные заболевания женщины, прием лекарств (салицилатов, антибиотиков, сульфаниламидов и др.), стрессы, воздействие профессиональных вредностей (работа с красками, лаками, химическими реактивами) и др. Считается, что малые аномалии развития чаще встречаются у детей, рожденным матерями в возрасте старше 35 лет.

В целом же причины формирования короткой уздечки языка у ребенка до конца не изучены.

**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 выдвижении его кончик подворачивается, спинка поднимается горкой;
* короткий плотный тяж уздечки сращен с мышцами языка. Встречается у детей с врожденными расщелинами губы и неба;
* тяж уздечки практически не выделяется; его волокна переплетаются с мышцами языка, резко ограничивая подвижность последнего.

**Артикуляционные упражнения для растяжки уздечки языка у ребенка.**

На сегодняшний день разработан ряд эффективных упражнений, которые хорошо помогают в растяжении короткой уздечки языка. Все эти манипуляции уже проверены многими родителями и детьми, которые смогли с их помощью достигнуть необходимых результатов. Если правильно и регулярно выполнять все упражнения, то можно добиться растяжения уздечки и избежать операционного вмешательства.

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

* каждое упражнение следует выполнять медленно, без спешки с максимальной отдачей;
* во время упражнений рот необходимо открывать максимально широко и с улыбкой;
* следует учитывать, что такая тренировка – это большая физическая нагрузка для языка, поэтому малышу необходимо давать время от времени отдыхать при выполнении упражнений.

***Комплекс упражнений для растяжки короткой уздечки языка:***

|  |  |
| --- | --- |
| ***Название*** | ***Ход выполнения*** |
| *«Дотянись до подбородка».*C:\Users\Администратор\Desktop\img5.jpg | В процессе выполнения упражнения, малышу следует языком тянуться до кончика подбородка, чем дальше он сможет дотянуться, тем больше будет растяжение уздечки. |
| *«Дотянись до носа».**C:\Users\Администратор\Desktop\maxresdefault.jpg* | Рот, необходимо открыть и улыбаться. Краешек языка необходимо тянуть к носу и опускать к верхней губе. Необходимо следить, чтобы во время выполнения этих манипуляций, губы и нижняя челюсть были неподвижны, а язык не сжимался. |
| *«Маляр».**C:\Users\Администратор\Desktop\img11.jpg* | 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. |
| *«Барабан».**C:\Users\Администратор\Desktop\1707493ade70.jpg* | Выполняется с открытым ртом и улыбкой. Суть упражнения — это многократное произношение звука [Д]. 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).  |
| *«Качели».**C:\Users\Администратор\Desktop\img10.jpg* | Ребенку следуют улыбнуться и открыть рот, на счет «раз-два» попеременно дотрагиваться то до верхних, то до нижних зубов. Нижняя челюсть должна оставаться неподвижной.  |
| *«Футбол».**C:\Users\Администратор\Desktop\560d6e0816b2fc3c4bdb766d099dd91b-800x.jpg* | Суть упражнения заключается в том, что кончиком языка необходимо поочередно упираться то до одной щеки, то до другой, как бы качая мячик во рту.  |
| *«Котенок».**C:\Users\Администратор\Desktop\maxresdefault.jpg* | Это упражнение детям очень нравится. На небольшую тарелку нужно положить немного варенья, мороженого или сметаны и позволить ребенку слизать лакомство, как котенок.  |
| *«Гармошка».**C:\Users\Администратор\Desktop\slide-29.jpg* | Язык следует прижать к небу и, не отрывая его, открывать и закрывать рот. |
| *«Лошадка».**C:\Users\Администратор\Desktop\img16.jpg* | Исходное положение: улыбнуться и открыть рот. Пощелкать языком, как стучат лошадки. Кончик языка не должен вытягиваться и подворачиваться вниз, а нижней челюсти необходимо оставаться неподвижной. |