

Nagy Anikó gyógytornász, logopédus, gyógypedagógus:

Nyelvlökéses nyelés terápia előadás szülők részére

-Mikor is beszélünk nyelvlökéses nyelésről? Ez egy szabálytalan nyelés. Gyakran előfordul pöszeséggel, fogsor záródási rendellenességgel. Továbbá helytelen testtartással.

-Mi az oka? Kóros nyelvfunkció, melyet hibás mechanizmussal és erőteljes nyomással fejt ki.

-Mikor és mire használjuk a nyelvünket? (1. Nyugalomban van.) 2. Étél rágása és nyelése. 3. beszéd. 4. Nyál nyelés. 5. Folyadék nyelése.

-Mi a teendő? Komplex kezelés. Fogszabályozás- fogrendellenességek kezelése. Eredményes önmagában? /nem/ Logopédiai kezelés: kívánatos, hogy ne csak a szép tiszta beszédre fókuszáljon. Nyelvlökéses nyelés terápiája logopédus által. Testtartás kezelése: gyógytornász (mozgásterapeuta) kompetenciája, komplex szemlélettel rendelkező logopédus. Szájlégzés helyett, helyes orrlégzés kialakítása. Kóros szokások leépítése. Rendszeres kontroll és gyakorlás.

-Mit tapasztalunk, mit láthatunk, ha a gyermekünknek nyelvlökéses nyelése van? A nyelés során a fogak nem zárnak, a nyelv hegye előre (és szélei oldalra) kicsúsznak. Az ajkak körül fokozott izomműködés is látható az arcon. Fogsorzáródási rendellenességek, fog anomáliák is kísérhetik. (nyílt-, bulldog-, mély-, él-, kereszt harapás). Beszédhibák, tartási rendellenességek kísérhetik. Olykor renyhe izomzat, izomtónus-zavar, csökkent mozgáskoordinációs képesség.

-Mi a kialakulásának az oka? Rossz szokások: ajak-, nyelv-, ujjszopás, szájlégzés. A működési izomegyensúly felborulása. (Külső: buccinátor és a belső: nyelv izomgyűrű között.) Helytelen táplálás. Egyéb orális szokások: körömrágás, ajakrágás, fogcsikorgatás.

- ujjszopás (fogazatkárosító hatás) Az ujjak távol tartják egymástól a fogakat, így nyitott harapás alakulhat ki. Az ujj lenyomja a nyelvet és megakadályozza, hogy a megfelelő nyugalmi helyzetben legyen a nyelv.
- helytelen táplálás: Cumisüvegből történő etetés: nem megfelelő méretű és formájú cumisüveg-» megnehezíti a nyelv elhelyezkedését a szápadon, nem készíti fokozott és fiziológiás működésre az izmokat. A cumisüvegen lévő túl nagy lyuk sem biztosít ideális szívóhatást.
- nyelv, garat mérete
- szájlégzés, allergia

-Milyen a szabályos nyelés? A szabályos nyelés fokozatosan alakul ki, 6 éves korig. Az *ajkak* lazán zárva fekszenek egymáson. A nyelv hegye a felső fogsor mögött a dombon pihen. A

nyelv oldalsó része a felső fogsor belső ívénel van. (Kanál szerűen tartja a falatot és segít a továbbításban.) A légzés az orron keresztül történik.

-Prevenció, hasznos tanácsok: az ideális korai táplálás formáinak megismertetése, rágás szerepe, kívánatos azoknak a helyzeteknek a kiküszöbölése, amik a nyelvet tartósan elülsőbb helyzetbe kényszeríti. Helyes testtartás kialakítása.

Akinek 5-6 éves kora után is fennáll a nyelvlökéses nyelés ott logopédiai terápia indokolt, ami rendszeres otthoni gyakorlást is kíván. A fogszabályozó fogorvos és a nyelésterápiát végző logopédus (szükség szerint gyógytornász bevonás) együttes munkája révén tartós eredményt lehet elérni.

Felhasznált szakirodalom:

Vassné Kovács Emőke-Rehák Gizella-Vizkelety Tamás: A nyelvlökéses nyelés. Budapest, 2015. Tankönyvkiadó

Fung Emília-Kovács Andrea: Mackógyógytorna a helyes nyelésért. Budapest, 2016 Mackórendelő (K&J Vital Kft.) kiadásában

Gyógypedagógus-képző Intézet Szegedi Tudományegyetem Logopédia szakcsoport jegyzetei