

Язычок в форме сердца

или короткая подъязычная уздечка.



Трудности, связанные с короткой уздечкой.

Уздечки есть во рту у каждого человека. По виду это тонкие складки слизистой оболочки, соединяющие подвижные части ротовой полости (губы и язык) с неподвижными (десна и пространство под языком). Всего их три: одна располагается прямо под языком, две другие соединены с верхней и нижней губой, соответственно.

Когда говорят об укороченной уздечке, имеют в виду либо ее короткую длину, либо ее неправильное месторасположение (длина нормальная, но локально она прикреплена так, что держит язык «на коротком поводке»). В медицине дефект получил название анкилоглоссия.

Первая трудность в том, что нарушается правильный процесс захватывания и сосания груди.

Ведь в норме во время прикладывания к груди рот младенца широко открыт, так что нижняя губа выворачивается наружу, а сам язычок располагается на десне нижней челюсти. В результате происходит полный захват ареола соска, создается нужный вакуум, и язык начинает работать.

Короткая уздечка не позволяет правильно захватить сосок, и в процессе приема пищи малыш быстро устает. Бросая грудь раньше времени, он недополучает должного питания, хуже набирает вес, во время кормления беспокоен.

Слишком долгое пребывание у груди и потеря в весе говорят о том, что проконсультироваться нужно не только со специалистом по грудному вскармливанию, но и с детским стоматологом

Другая проблема становится очевидной ближе к 2-м годам, когда у ребенка наблюдаются речевые нарушения.

Малыш не может выговорить отдельные звуки и приходится много потрудиться, чтобы устранить подобные дефекты. Укороченная уздечка нижней губы провоцирует формирование неправильного прикуса.

В возрасте постарше короткая уздечка становится причиной таких проблем:

- формирования неправильного прикуса;
- раннего возникновения кариеса (в случае дефекта уздечки над верхней или нижней губой);
 - формирование кривого зубного ряда; обильного слюнотечения;
- может вызывать затруднение движений языка, т.к. не дает ему возможности высоко подниматься. 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.

Причины возникновения и симптомы

Короткая складка формируется во время внутриутробного развития при наличии патологий беременности. Однако чаще всего ее маленький размер объясняется генетической предрасположенностью. То есть, когда у ближайших родственников были подобные проблемы, увеличивается вероятность проведения коррекции уздечки у наследника.

Диагностика

Подъязычная уздечка проверяется несложно. В норме она прикреплена где-то посередине между корнем и кончиком язычка, а ее длина составляет не меньше 8 мм. Профессором Элисон Хазелбейкер был разработан специальный тест, в котором учитывается способность языка вытягиваться

вперед, подниматься к верхнему небу, поворачиваться в разные стороны, оценивается сосательный рефлекс, насколько уздечка эластична и т. д.

Визуально при анкилоглоссии язык приобретает форму сердца из-за тянущей снизу складки. Это отчетливо видно во время плача.

Подрезать или растягивать?

Если диагностирован обсуждаемый дефект, существует два пути его устранения:

- попытаться растянуть уздечку с помощью специальных упражнений;
- подрезать ее.

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! Малыш 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 (намазать на него варенье или сгущенное молоко)
- 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.
- «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.

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.
- «Маляр» 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)

- «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.

- «Гармошка» Покажите ребенку, как можно изобразить с помощью языка гармошку. Для этого надо присосать широкий кончик языка к небу, как в упражнении «Грибок», а затем, не отклеивая язык, открыть и закрыть рот. Подъязычная связка (уздечка) будет выполнять роль гармошки, которая то растягивается на всю длину, то потом сжимается.

Помните!

1. Упражнения необходимо выполнять систематически, постепенно увеличивая время их выполнения (количество повторений каждого упражнения), только тогда будет достигнут нужный эффект.
2. Чем раньше Вы начнете занятия с ребенком, тем быстрее достигнете нужного результата.
3. Чем старше ребенок, тем сложнее растянуть подъязычную уздечку.
Растягивание подъязычной уздечки разумно, если уздечка не сильно короткая, иначе растягивание очень короткой уздечки, по мнению некоторых врачей, может привести к провисанию слизистой и т.п. проблемам, описанным выше (пародонтит, гингивит...)
4. Растягивание наиболее успешно до 5 лет. И чем ребенок старше, тем сложнее.
5. Растягивание не наносит такой стресс ребенку, как операция, но занимает значительно больше времени и сил. Ведь соответствующие упражнения нужно выполнять несколько раз в день ежедневно и на позитивной волне.
6. Иногда операция рекомендуется по медицинским показаниям ортодонтом не только из-за недостатков звукопроизношения.
7. Операция практически не имеет возрастных противопоказаний.

