



Usprawnianie aparatu artykulacyjnego u niemowląt i małych dzieci

Masaże u zdrowego dziecka nie wywołują zazwyczaj protestów (jeżeli dziecko ma nadwrażliwość śluzówki jamy ustnej, taka ingerencja jest dla niego bardzo nieprzyjemna, jednak wtedy tym bardziej należy kontynuować masaże, żeby tę nadwrażliwość pokonać. W przyszłości może być ona np. powodem niechęci dziecka do spożywania stałych pokarmów, mycia zębów itp.). Masaże poprawiają sprawność artykulatorów na około 30 minut. Dlatego trzeba wykonywać je przed posiłkiem.

Przygotowanie do masażu:

- Paznokcie powinny być krótko obcięte, nie należy lakierować ich lakierem o intensywnym kolorze.
- Ręce dokładnie umyte.
- W dłonie warto wetrzeć krem o przyjemnym i delikatnym zapachu.
- Palec wskazujący prawej ręki owijamy czystą, zamoczoną w ciepłym płynie gazą (chodzi o zmniejszenie tarcia podczas masażu).
- Do masażu wykorzystuje się przedmioty, które dziecko lubi np. smoczek, łyżeczkę. Można też używać miękkiej, silikonowej szczoteczki na palec (do mycia dziąseł i pierwszych zębów niemowląt), którą można kupić w aptekach.

Język

Często masaże języka nie są dla dziecka przyjemne. Czasem nawet delikatna ingerencja może wywołać u maluszka odruch wymiotny. Jednak po jakimś czasie śluzówka jamy ustnej „odwrażliwia się”.

- Masujemy grzbietową powierzchnię języka (od czubka w kierunku nasady – do wystąpienia odruchu wymiotnego) – język wzdłuż dzielimy na pół i najpierw masujemy go po prawej, potem po lewej stronie. Palec wykonuje ruchy koliste.
- Masujemy boki języka (zahaczamy o jego dolną powierzchnię) w ten sam sposób (od czubka ku nasadzie).
- Chwytny w palce czubek języka (przez gazę, inaczej będzie się wyslizgiwał) i delikatnie „rozgniatamy”.
- Znowy łapiemy czubek w palce i ruszamy nim w górę, w dół i na boki. Dotykamy go energicznie krótkim, pulsującym ruchem (prowokujemy cofanie się języka).

Masując tył języka można jednocześnie wypowiadać sylaby z głoskami tylnojęzykowymi [ku], [gu], [hu], [ko], [go], [ho]. Kiedy masujemy przednią część języka możemy mówić sylaby: [ta], [te], [da], [la].

Podniebienie

W podobny sposób można usprawniać podniebienie miękkie. Zaczynamy od podniebienia twardego: masujemy w kierunku od dziąseł ku tyłowi, najpierw po jednej, potem po drugiej stronie. Z podniebienia płynnym ruchem przechodzimy do masowania wewnętrznej powierzchni policzków i warg.

Wargi

Przed przystąpieniem do tego masażu należy dokładnie oczyścić nos dziecka! Układamy kciuk pod brodą (aby dziecko miało domkniętą buzię). Wargi masujemy palcem wskazującym i środkowym:

- - rozciągamy jednocześnie obie połowy,
- - wargi na zmianę rozciągamy i ściągamy (w dziubek),
- - lekko obszczypujemy i głaszczemy.

Masując wargi wypowiadamy następujące sylaby: [pa], [ba], [apa], [ma] itp.

Wargi masować można też przedmiotami o różnej fakturze (łyżeczka, silikonowa szczoteczka, kawałek bułki, kisiel, maść itp.), temperaturze (np. ogrzana lub oziębiona metalowa łyżeczka).

Dajemy dziecku pić z imbryczka (pilnujemy, aby dziecko wargami „obejmowało” jego dzióbek). Na początku może pomagać sobie i trzymać dzióbek zębami. Można do tego celu użyć też małych butelek plastikowych z „dzióbkami” po wodzie mineralnej (uwaga: to są butelki na zimne płyny!).

Policzki

Przed przystąpieniem do tego masażu należy dokładnie oczyścić nos dziecka! Twarz i szyję smarujemy kremem (oliwką itp.). Masujemy ruchami okrężnymi od nosa i warg w kierunku skroni. Jednocześnie pamiętamy o podtrzymywaniu kciukiem brody (dziąsła górne i dolne dotykają się, wargi są złączone). Masaż na początku jest delikatny, potem stopniowo zwiększamy siłę nacisku i szybkość ruchów palców. Następnie lekko obszczypujemy i oklepujemy twarz. Ponownie masujemy. Na koniec głaszczemy.

Przełyk

Przed przystąpieniem do tego masażu należy dokładnie oczyścić nos dziecka! Masujemy przełyk od dołu ku górze ruchem głaskającym. Pamiętajmy o tym, żeby buzia malucha była zamknięta. Ten masaż prowokuje dziecko do przełknięcia śliny.

Dziąsła

Dziąsła dolne masujemy od góry do dołu, górne od dołu ku górze. Kiedy masujemy dziąsła możemy mówić sylaby: [ta], [te], [da], [ła]. Ten masaż pobudza odruch żucia, dlatego wykonuje się go jako ostatni przed posiłkiem.



Źródło: E. Stecko, *Zaburzenia mowy u dzieci*, Warszawa 2001