

Подъязычная уздечка — растягивать или оперировать?

Даже если уздечка укорочена (менее 8 мм.), то лучше её растягивать, чем оперировать. В пользу этой операции на уздечке останется рубец, который сокращает её подвижность. Кроме того, ребёнок ещё долго будет опасаться делать упражнения для подъязычной связки, чтобы избежать испытанных болевых ощущений.

Короткая уздечка языка растягивается на протяжении жизни с помощью специальных упражнений. Если операция по растягиванию может потребоваться достаточно времени.



Правила выполнения упражнений

При выполнении упражнений рот нужно открывать максимально широко, но в то же время так, чтобы ребёнок мог дотянуться кончиком языка до альвеол.

Все движения должны выполняться медленно, на улыбке, близко к пределу возможного.

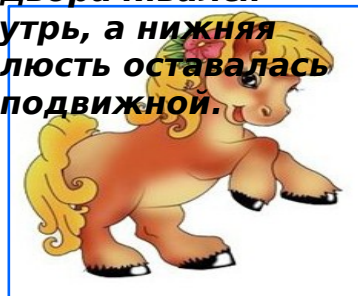
Имейте в виду, что выполнение упражнений для ребёнка физически тяжело, язык может уставать, подъязычная связка может болеть - дайте ему отдых.



Улыбнуться, открыть рот. Широким кончиком языка погладить нёбо от зубов к горлу. Нижняя челюсть не должна двигаться.

Лошадка.

Улыбнуться, открыть рот. Пощёлкать кончиком языка, как цокают лошадки. Рот при этом открыт, кончик языка не вытянут и не заострён. Следить, чтобы он не подворачивался внутрь, а нижняя челюсть оставалась неподвижной.



Улыбнуться, открыть рот. Присосать широкий язык к нёбу. Это шляпка гриба, а подъязычная связка - ножка. Кончик языка не должен подворачиваться

Положение языка как в упражнении «Грибок», губы в улыбке. Не отрывая языка, открывать и закрывать рот.

