

## Короткая уздечка языка. Что делать?

Уздечка языка – это тоненькая перегородка, связка между языком и нижней полостью рта, которая обычно доходит до середины языка. При аномалии она крепится практически на самом кончике языка, и хотя ее длина бывает достаточной, говорят именно о короткой уздечке языка. Однако бывает и так, что уздечка действительно короткая, а то и практически незаметная (язык срастается с нижней челюстью).

### Как определить, достаточной ли длины подъязычная уздечка?

Попросите ребенка поднять язык к твердому небу. При нормальной подъязычной уздечке ребенок свободно поднимет язык к твердому небу.

*Если подъязычная уздечка короткая можно заметить, как подъязычная связка ограничивает подъем языка, натягивается, резко обозначается, рельефнее выступает под языком, становится тоньше.*

### Чем это грозит?

Короткая подъязычная уздечка может быть причиной нарушения звукопроизношения, а в некоторых случаях, может провоцировать проблемы с формированием нижней челюсти (могут отклоняться зубы и оголяться шейки зубов).



## Что делать?

### ➤ *Оперативное вмешательство.*

Короткую уздечку языка лучше подрезать в раннем возрасте до года.

Показания для проведения операции:

- ребенок плохо сосет грудь из-за того, что укороченная уздечка мешает плотно обхватить сосок матери,
- запрокидывает голову,
- при сосании чмокает и плачет.

В более старшем возрасте показанием к подрезанию уздечки является ситуация, когда из-за укороченной уздечки у ребенка смещается зубной ряд и формируется неправильный прикус.

### ➤ *Растяжение подъязычной уздечки.*

В 90 % случаев при нарушении звукопроизношения короткая уздечка языка легко растягивается при помощи специальных упражнений артикуляционной гимнастики.

### Упражнения для растягивания подъязычной уздечки:

#### «Маляр»

Улыбнуться, открыть рот. Широким кончиком языка погладить небо от зубов к горлу. Нижняя челюсть при этом не двигается.



#### «Лошадка»

Улыбнуться, открыть рот. Поцеловать кончиком языка, как цокает лошадка. Рот при этом открыт, язык широкий. Нижняя челюсть неподвижна.

#### «Грибок»

Улыбнуться, открыть рот. Присосать широкий язык к небу. Это шляпка гриба, а подъязычная связка – ножка. Кончик языка не должен подворачиваться, губы в улыбке.

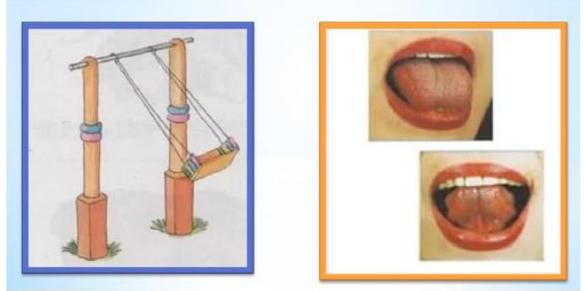


#### «Гармошка»

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

### «Качели»

Открыть рот, кончиком языка потянуться сначала к носу, а потом к подбородку, затем опять к носу, а потом к подбородку.



### «Барабан»

Улыбнуться, открыть рот. Многократно и отчетливо произносить звук Д-Д-Д. Язык при произнесении упирается в альвеолы, рот открыт.