

Родительский лекторий

«Как снять гипертонус спинки языка в домашних условиях».

Учитель-логопед МАДОУ «Синеглазка»

Абдуллаева Э.Т.

Очень часто, работая с детьми у которых с речевыми нарушениями мы



сталкиваемся с тем, что изолированно ребёнок произносит

все звуки правильно, а в речевом потоке звуки теряют свои дифференцированные признаки, произносятся скаженно. Одна из причин - это стёртая форма дизартрии, при которой обычно наблюдается нарушение мышечного тонуса, гиперсаливация (причём ребёнок слюну не чувствует). Обычно, в 90% случаев, тонус повышен (гипертонус).

Как определит повышенный тонус? При повышенном тонусе (спастические состояния) - язык беспокоен, могут отмечаться гиперкинезы- непроизвольные движения, которые усиливаются при высывании языка из полости рта. Вне полости рта удержание языка затруднено, он толчкообразно уходит внутрь, в полость рта. Кончик языка не выражен (язык-кулачок), язык скользкий, как кол. Пассивные движения делаются с трудом. Губы напряжены, плотно сомкнуты, удержание позы широко открытого рта затруднено. Лицо напряжено (как каменное) и гипомимично. Мягкое нёбо -повышен рвотный рефлекс.

Нарушение мышечного тонуса всегда в большей степени выражено в мышцах языка. Повышенный тонус мышц языка отмечается значительно чаще, чем пониженный.

Гипертонус языка - это повышенный, излишне напряжённый тонус мышц. (непроизвольное сокращение вследствие нарушения проводимости нервных импульсов)

Для нормализации тонуса используются разные приёмы: массаж, артикуляционная, жевательная, дыхательная гимнастика и термо аппликации на область языка. Элементарные, но очень важные приёмы расслабления можно использовать в домашних условиях.

Работа над артикуляционными движениями:

Перед выполнением упражнений артикуляционной гимнастики выполнить несколько глубоких вдохов (через нос) и выдохов (через рот), но не больше 5 раз.

1. Вылизывание тарелки без помощи рук 5 – 7 раз в день. Начинать с капелек на ширину языка.

2. Жевательная гимнастика. Жевать морковь, огурцы, порезанные соломкой, корочку хлеба жевательными зубами.

3. Упражнение «Месим тесто» - жевание языка, «нарезание колбаски»-покусывание зубами, пошлёпывание губами со звуками пя-пя-пя.

4. Тянуть язык то к носу, то к подбородку. Утрированный вариант упражнения «Качели».

5. Выработка удержания позы языка через напряжение – расслабление: упражнения на дифференциацию тонуса: «Лопатка» - «Иголочка» вне рта; «Горка» - «Растаяла горка» во рту (*упражнения доводить до 20 раз*).

1. Ребёнку нужно открыть рот, высунуть язык и положить его на нижнюю губу. Оставаясь в таком положении, поднести к подбородку пустой пузырёк (держать его вертикально), вдохнуть носом и, выдыхая через рот, на язык, добиться “гудения воздуха” в пузырьке.

! Языком пузырька не касаться, выполнять не больше 5 раз.

Контрастотермометрия.

Контрастотермометрия применяется на область лица, шеи, языка.

Цель: - воздействие на сократительную способность мышц на рефлекторном уровне посредством разницы температур для нормализации тонуса.

Техника выполнения

Кусочки льда завернуть в марлю, ложку нагреть в стакане с умеренно горячей водой.

Прикладываем холод-тепло. Чередуем. Закончить теплом.

Курс – 21 день.

Контрастные термо аппликации : холод – тепло (х - т) ;

Выполнять по схеме: (х – т – х – т – х – т) + (т – т – т)

Чем выше контраст, тем больше эффект.