

# Stymulacja aparatu artykulacyjnego

MONIKA KRÓLAK

**N**a poprzednim spotkaniu wyjaśniałam, dlaczego i jak robić masaż zewnętrzny twarzy. W tym artykule zajmę się różnymi rodzajami stymulacji, objawami skłaniającymi do jej wykonania i wytłumaczę, dlaczego warto ją wykonywać.

## CO TO JEST STYMULACJA APARATU ARTYKULACYJNEGO?

Stymulacja polega na dostarczaniu bodźców termicznych, dotykowych, smakowych do: policzków, żuchwy, okolic przelyku, warg, języka, dziąseł, podniebienia twardego i miękkiego. Stymulacja termiczna polega na „bodźcowaniu” dziecka przy użyciu dwóch kontrastowych temperatur cieplej-zimnej. Takie uaktywnianie można zacząć od użycia spryskiwacza, np. do zraszania kwiatów. Na początku puszczamy dziecku powietrze, a następnie delikatną mgiełkę. Z czasem można też użyć strumienia wody z prysznica. Należy pamiętać, by zmieniać temperaturę. Aparat artykulacyjny można stymulować, wykorzystując przedmioty codziennego użytku. Najprostszy sposób – małe łyżeczki zamoczone w zimnej i ciepłej wodzie (herbacie). łyżeczką dotykamy języka, policzków, warg, podniebienia. Ćwiczenie wykonujemy na zmianę raz ciepłą, raz zimną łyżeczką.

**Codziennie jedząc, myjąc zęby, pijąc gorącą herbatę i liżąc lody, działamy na aparat artykulacyjny.**

Aparat artykulacyjny można też stymulować podczas jedzenia a dokładniej wykorzystując zróżnicowane smaki, faktury i konsystencje. Wówczas podajemy dziecku na łyżeczce różne smaki, nazywając produkt i smak. Istotne, aby zacząć od wyraźnych smaków, podawanych pojedynczo (sok z cytryny, chrzan, musztarda, serek czosnkowy, sól, miód itd.). Przechodząc dalej, można bawić się w zgadywanie i podawać dziecku dwa smaki.

Stymulacja dotykowa to masaż wykorzystujący przedmioty lub palce. Propozycję takiego masażu wykonywanego palcami przedstawiły w swoich pracach, szczególnie godnych polecenia, E. Stecko i C. Morales. Należy pamiętać, że wykorzystanie „masażerów” w przypadku dzieci chorych na padaczkę jest niebezpieczne! Stały, ciągle powtarzający się ruch może wywołać atak. Stymulację dopasowujemy w zależności od wieku dziecka i problemu, z którym musimy sobie poradzić. W sytuacjach obniżonego napięcia, porażeni i młodego wieku dziecka zaczynamy od razu od masażu. Gdy dzieci są starsze, bardziej świadome, masaż zaczynamy od np. obrysowania warg kostką lodu lub spryskiwania ust dziecka delikatną mgiełką. W ten sposób warto zacząć też

pracę z dzieckiem mającym problemy z czuciem, dzieckiem nadwrażliwym lub podwrażliwym. Stymulację smakową polecam dzieciom autystycznym, których jadłospis często ogranicza się do jedzenia np. tylko makaronu, żółtych pokarmów itd.

## PO CO STYMULOWAĆ APARAT ARTYKULACYJNY?

Odpowiedzi na to pytanie jest wiele i wszystkie związane są z objawami. Przede wszystkim, aby pomóc dziecku, by radziło sobie z jedzeniem, mniej się ślińdziło, wyraźniej mówiło, oddychało właściwym torem, należy masować, ćwiczyć, a szybko pojawią się efekty stymulacji. Między innymi:

- ▶ unormowanie wrażliwości aparatu artykulacyjnego;
- ▶ zredukowanie przetrwałych odruchów;
- ▶ kontrolę ślinotoku;
- ▶ poprawę sprawności;
- ▶ lepszą artykulację.

## CZY MOJE DZIECKO POTRZEBUJE STYMULACJI APARATU ARTYKULACYJNEGO?

Na to pytanie częściowo mogą odpowiedzieć sobie Państwo sami, po wcześniejszej obserwacji dziecka i zapoznaniu się z listą objawów. Na pewno

## INSTRUMENTARIUM, ZA POMOCĄ KTÓREGO MOŻNA WYKONYWAĆ MASAŻ

- ▶ Palce owinięte gazą lub w rękawiczce
- ▶ Szczoteczki dla niemowląt
- ▶ Szczoteczki elektryczne
- ▶ Masażery do wnętrza jamy ustnej
- ▶ łyżki
- ▶ Paluchy gumowe nakładane na palec, przeznaczone do higieny jamy ustnej niemowlaków
- ▶ Kawałek jabłka, skórki
- ▶ Lizak

## OBJAWY WYSTĘPUJĄCE U DZIECKA

- ▶ Nie przeszkadzają mu okruszki naokoło ust
- ▶ Ma trudności z odgryzaniem, żuciem i połykaniem
- ▶ Ma ciągle otwartą buzię, ma trudności z jej zamykaniem
- ▶ Ma ograniczoną ruchomość warg, języka
- ▶ Łatwo się dławi i często występuje u niego odruch wymiotny
- ▶ Słabo kontroluje głowę w pozycji siedzącej
- ▶ Nie lubi mycia zębów i innych czynności wykonywanych przy zębach, ustach, języku
- ▶ Pojawia się ślinotok
- ▶ Wkłada wszystko do ust, często trzyma w buzi rękę

## ZASADY STYMULACJI APARATU ARTYKULACYJNEGO

1. Odpowiednia pozycja dziecka, najlepiej leżąca
2. Przed masażem trzeba dokładnie umyć ręce i obciąć paznokcie
3. Nie zmuszać dziecka, ale stopniowo przekraczać granice
4. Rozpocząć od lekkiego bodźca, stopniowo zwiększając siłę natężenia
5. Wczesna interwencja daje szybsze i lepsze rezultaty
6. Systematyczność
7. Masaż wykonujemy przed jedzeniem, nigdy po!



Masaż policzków po wewnętrznej stronie. Ruchy koliste. Najpierw jeden, potem drugi policzek.

Masaż języka – najpierw jednej połowy potem drugiej, ruchy koliste od czubka do tyłu.

Masaż boków języka – ruchy koliste, zahaczając o spód języka.



Czubek języka masujemy ruchem rozgniatającym, robimy to, chwytając język w palec przez gazę. Czubek chwytamy energicznie, ruchami pulsującymi, aby spowodować odruch cofania się języka



Masaż języka – od dołu do góry – ruch wciągający.



Masaż podniebienia – ruch gładzący – od zębów do tyłu.



Masaż dziąseł – górne zęby od dołu do góry, dolne zęby od góry do dołu.



Masaż dziąseł od środka do tyłu.



warto udać się do specjalisty logopedy, terapeuty SI, by dostać dokładną diagnozę. Są oczywiście pewne sytuacje, które powodują, że dziecko znajduje się w tak zwanej grupie ryzyka. Takie sytuacje to: MPD, autyzm, zespoły genetyczne, dzieci z zaburzeniami czucia w obrębie całego ciała, dzieci jedzące za długo pokarm o konsystencji papki.

## CZY MOGĘ DOSTARCZAĆ BODŹCÓW SAMODZIELNIE?

Każdy może stymulować termicznie i smakowo. Jeżeli ktoś chce masować, powinien udać się po instruktaż do logopedy. Z doświadczeniem wiem, że rodzice nie są w stanie przejść z etapu stymulacji termicznych na masaż wewnętrzny jamy ustnej. Rodzicom towarzyszy lęk przed skrzywdzeniem dziecka. Proszę się jednak nie obawiać! Po dokładnym przygotowaniu teoretycznym i prak-

tycznym (masaż pokazowy i samodzielne wykonanie masażu w towarzystwie specjalisty) można śmiało masować, nawet niemowlaki. Stymulacja aparatu artykulacyjnego, a w szczególności masaży są ćwiczeniami biernymi, w które powinniśmy angażować dziecko przez wypowiedzianie głosek, dotykając poszczególnych części jamy ustnej. Masaż warg łączymy z głoskami b, p, w, f. Dotykając czubka języka, artykułujemy s, t, d, d. Masując środkową część, mówimy ś, ć, ź, dź, a tylną k, g, h. Podczas masażu można nazywać części jamy ustnej, śpiewać piosenki lub też wykonywać ćwiczenia logopedyczne, np. konika, całusy itd. ◀

Bibliografia:  
Stecko Elżbieta, „Zaburzenia mowy u dzieci – wczesne rozpoznawanie i postępowanie logopedyczne”, Wydawnictwo Uniwersytetu Warszawskiego, Warszawa 2002.  
Kielin Jacek „ROZWÓJ DAJE RADOŚĆ. Terapia dzieci upośledzonych umysłowo w stopniu głębokim”, Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, Gdańsk 2000