

Консультация для родителей детей раннего возраста «Соски и пустышки: правильный выбор»

Подготовила: Подлесная И.Н. учитель-логопед

Нужна ли соска или пустышка? Соска нужна, прежде всего, родителям. Ведь не секрет, что для них соска чуть ли не самый быстрый способ утешить ребенка. Благодаря соске, можно хоть немного выкроить время для себя. У ребенка, потребность сосать, является инстинктивным рефлексом в первый период жизни.

Далеко не все родители знают, что неправильный прикус значительно влияет на черты лица ребенка, и профилактика его аномалий должна начинаться буквально с рождения, поскольку формирование прикуса начинается задолго до того, как у малыша прорежутся первые зубки.

Один из первых по значимости факторов нормального формирования зубочелюстной системы младенца - грудное вскармливание. В норме, в процессе каждого кормления ребенка должна создаваться большая нагрузка на мышцы языка и околоротовые - как жевательные, так и мимические. В результате такой «тренировки» у младенца активно стимулируется рост нижней челюсти, которая при рождении в среднем на 1,5 см в длину отстает от верхней. Понятно, что для нормального пережевывания пищи необходимо соответствие обоих размеров. Почему же от природы нижняя челюсть недоразвита? Это вынужденная мера, поскольку в процессе родов ребенок активно вращает головой, а нижняя челюсть, являясь единственной подвижной костью черепа, легко подвергается вывихам. Впоследствии это недоразвитие компенсируется ее быстрым ростом при грудном вскармливании, и в норме нижняя челюсть ребенка догоняет в размерах верхнюю уже к 6 месяцам.

При сосании груди ребенок вынужден прикладывать гораздо больше усилий, чтобы получить необходимую дозу молока, чем при кормлении из бутылочки с соской, а потому мышцы нижней челюсти при искусственном вскармливании не получают необходимой для ее роста функциональной нагрузки.

Вот почему крайне важно при вскармливании из бутылочки использовать соски правильной физиологической формы. Отверстие у них расположено таким образом, чтобы струя питательной смеси направлялась на твердое нёбо, что имитирует процесс, происходящий при грудном вскармливании. В норме рефлекс сосания угасает у детей к 9-10 месяцам, и своевременный переход к кормлению с ложечки стимулирует этот процесс. Если сосание неполноценно или протекает неправильно, то отставание нижней челюсти в росте усугубляется, и у ребенка развивается дистальный прикус. У детей, переведенных на искусственное вскармливание в возрасте до 6 мес., аномалии прикуса формируются примерно в 2 раза чаще, чем у

детей, вскармливаемых грудью.

При искусственном вскармливании родители в основном допускают две ошибки: используют соски неправильной формы и с большим отверстием. Ортодонты выявили, что при длительном применении круглых сосок часто возникают аномалии зубочелюстной системы.

Сегодня в аптечной сети предлагается свыше 30 видов пустышек и сосок отечественного и зарубежного производства. Чем же они отличаются друг от друга? Во-первых, они сделаны из разного материала: латексные имеют желтый цвет, силиконовые - белый. И латекс, и силикон прочны и износостойки, но силикон имеет ряд преимуществ: он термостоек (такие пустышки и соски можно многократно кипятить), не имеет запаха и вкуса. Во-вторых, соски разнятся в зависимости от того, на какой возраст они рассчитаны. В-третьих, соски имеют разные отверстия: малые, средние, большие и даже х-образные, применяющиеся в соответствии с видом пищи. Очень хороши силиконовые соски, имеющие отверстие продолговатой формы, позволяющей регулировать скорость поступления содержимого бутылочки в рот в зависимости от того, какой стороной повернута соска: на ней нанесены специальные риски, которые должны быть расположены напротив носа ребенка. Идеально ровные края отверстия не затрудняют прохождения пищи и обеспечивают фиксированную скорость потока. Благодаря специальной конструкции такие соски никогда не слипаются.

Существуют определенные рекомендации по выбору правильной соски. Размер соски должен увеличиваться вместе с ростом ребенка. Размер I предназначен для возраста от 0 до 6 мес., размер II - от 6 мес. и старше.

Нужна ли малышу пустышка? Сосательный рефлекс, удовлетворяемый через тактильный контакт губ, языка и гортани с пустышкой, является врожденным и очень важен для младенца. У искусственно вскармливаемых детей потребность в пустышке значительно выше, поскольку из-за слабой нагрузки на жевательные мышцы при кормлении сосательный рефлекс у них не удовлетворен. Нервозность и возбудимость ребенка во многом зависит от этой неудовлетворенной потребности, и отнимать у него пустышку насильно - значит подвергать его в состояние стресса. Вот почему для подобных случаев очень важно подбирать пустышку правильной формы и размера, которая способствует дополнительной тренировке челюстных мышц, массажу нёба и полости рта между приемами пищи.

Что же лучше для ребенка - сосать пустышку или пальчик? Ответ прост и очевиден: пустышка лучше, поскольку после 2-х лет от нее легче отучить. Но новорожденный с 6 до 12 недель уже умеет целенаправленно двигать ручками, и путь пальчика в рот недалек. Поэтому, прежде чем он начнет удовлетворять сосательный рефлекс таким способом, лучше своевременно подобрать правильную пустышку. Ведь от привычки сосать именно ее ребенка можно отучить до 3-4 лет. Привычка же сосать палец иногда длится до школьного возраста, что непременно ведет к формированию серьезных челюстно-лицевых деформаций.

Итак, если в 1-й год жизни сосание является естественной потребностью, то после 2-х лет оно уже характеризуется как психическая дисфункция, которой надо уделить особое внимание. Естественная смена детских привычек происходит поэтапно, но иногда из-за недостатка (либо избытка) внимания к ребенку этот процесс может нарушиться. В подобных случаях сосательный рефлекс закрепляется, как защитная реакция, и впоследствии может привести к развитию таких детских неврозов, как заикание или даже ночное недержание мочи.

Привычка сосания, сохранившаяся к 2-летнему возрасту, неизбежно ведет к деформации зубных дуг. При этом время критического воздействия посторонних предметов (пустышки, пальца, уголка одеяла) на формирование прикуса составляет около 6 ч. в день. Вредные детские привычки, мешающие естественному физиологическому развитию, весьма разнообразны. К ним, помимо сосания пальцев и пустышек, относятся закусывание губ и языка, подсасывание губы или щеки, дыхание ртом и инфантильное глотание. Последнее часто возникает именно в результате длительного пристрастия к пустышке. Отвыкнуть от этих привычек сам ребенок зачастую не может, поскольку они имеют биомеханические причины, и нередко таким детям требуется помощь психотерапевта.

Кроме того, не надо забывать, что пустышка часто используется родителями не столько ради удовлетворения названного рефлекса ребенка, сколько для собственного покоя. Естественно, что в данном случае ребенок испытывает еще больший дефицит внимания с их стороны, а это приводит к закреплению вредных привычек сосания.

Таким образом, и пальчик и пустышка мешают правильному развитию зубочелюстной системы.

С точки зрения ортодонта, любая пустышка или соска создает помеху развитию передних зубов. Происходит это в результате разобщения прикуса из-за слабого, но постоянного давления шейки пустышки на зубы фронтального отдела, которое ведет к деформации верхнего зубного ряда и формированию перекрестного прикуса. Неправильное положение языка в полости рта, формируемое длительным сосанием пустышки, может привести к появлению храпа и даже апноэ (остановке дыхания во сне) у ребенка.

Отучить ребенка от сосания пустышки в 2 года вполне реально. Для этого необходимы доброжелательное внимание и помощь со стороны родителей.

На процесс формирования прикуса также оказывает большое влияние положение головы ребенка во время сна. Не рекомендуется подкладывать под нее кулачок или подушку, поскольку избыточное давление на челюсть может привести к перекрестному прикусу. Следует избегать также запрокинутой или, наоборот, прижатой к груди головы.

Большое значение для правильного формирования прикуса имеют также сроки прорезывания первых молочных зубов. В 6-8 мес. у ребенка обычно прорезываются первые резцы - сначала на нижней, затем на верхней

челюсти. Потом начинают прорезываться боковые зубки, и в норме ко 2-му году жизни у малыша должно быть уже восемь зубов. Желательно, чтобы в этом возрасте ребенка осмотрел детский стоматолог или ортодонт. Врач обязательно обратит внимание не только на размер и цвет зубов, но и на уздечки губ и языка. Длина уздечки языка в этом возрасте особенно важна, поскольку ее укорочение может не только осложнить ребенку освоение некоторых звуков из-за ограничения подвижности языка, но и оказать сдерживающее влияние на рост нижней челюсти.

В период прорезывания молочных зубов ребенок может стать легковозбудимым, капризным. Таким образом, проявляющиеся в раннем возрасте нарушения развития зубочелюстной системы эффективно предотвращаются при помощи своевременной диагностики и применения предлагаемых простых мер и стандартных средств ранней профилактики.

С соской во рту, малыш не гулит, не лепечет, его артикуляционный аппарат не тренируется! Мышцы языка и губ выполняют однообразную, монотонную работу, совсем не способствующую их укреплению. Впоследствии, ребёнок – «сосочник» долго не сможет произвольно растянуть губы в улыбке. А это так необходимо для произнесения звуков [С], [З], [Ц], [Л], [Р]! Из-за неправильного положения губ, слова с этими звуками будут звучать искажённо. Кроме этого, язык, привыкнув находиться во время сосания пустышки между зубами, останется там и при произнесении слов. Большинство звуков приобретёт межзубное звучание, которое в народе называют «шепелявым». И это ещё не всё. Язык, долгое время пролежавшей под соской, на дне ротовой полости, скорей всего не сможет подняться вверх, к нёбу. Значит, возникнут трудности со звуками, так называемого, верхнего подъёма: [Ш], [Ж], [Щ], [Ч], [Л], [Р]. Приведённые примеры, - далеко не полный перечень речевых проблем, спровоцированных соской.

Уважаемые родители, прежде чем приучать ребенка к соске или пустышке взвесьте все за и против!