**Короткая подъязычная уздечка…А стоит ли переживать?..**

Каждый ответственный родитель рано или поздно задается вопросом: «Соответствует ли речь моего ребенка возрасту?»

Причин возникновения речевых проблем достаточно много, и целый ряд их связан с неправильным строением органов речевого аппарата. Например, у всех во рту имеется подъязычная уздечка – перепонка, которая находится под языком и соединяет его с подъязычным пространством. Она может быть разной длины, и от этого будет зависеть произношение некоторых звуков ребенка. При натяжении подъязычная связка становится тоньше, она ограничивает подъема языка, резче обозначается, рельефнее выступает под языком.

При нормальной длине подъязычной уздечки ребенок свободно выполнит следующие упражнения:

1. Поднятие языка вверх к твердому небу.
2. Вытягивание языка вперед. Короткая уздечка не дает это сделать, кроме того кончик языка визуально выглядит раздвоенным
3. Касание языком верхней губы, облизывание ее. Сложности с уздечкой делают это движение трудно выполнимым.
4. Касание кончиком языка области за верхними зубами при приоткрытом рте. В таком положении хорошо видно место прикрепления уздечки. Если она короткая, то язык трудно поднимать вверх.

Однако, есть и другая причина того, что ребенок не может легко выполнить выше перечисленные действия или делает это не в полном объеме: язычные мышцы не достаточно сильные и малоподвижные. При этом язык дрожит, отклоняется в сторону, дергается, опускается вниз.

В результате короткая подъязычная уздечка:

1) не дает языку возможности высоко подниматься и в этом случае нарушается произношение таких звуков, как Ш, Ж, Ч, Щ, Р, Рь;

2) может приводить к смещению центра языка, его несимметричному развитию и малой подвижности, что препятствует формированию правильной артикуляционной позы некоторых звуков;

3) в некоторых случаях, может провоцировать проблемы с формированием нижней челюсти;

4) есть риск развития пародонтита и гингивита.

В любом случае необходима консультация специалиста, чтобы определиться с выбором способа исправления дефекта. Лучше выслушать не одного, а трех-четырех специалистов в данной области (стоматолог, врач-ортодонт, логопед).

При выборе оперативного решения проблемы (подрезание) важна психологическая подготовка и ребенка и Ваша. Повышенная тревожность мамы обязательно перейдет и на малыша, поэтому по возможности ведите себя спокойно, настраивайтесь только позитивно.

Если дефект уздечки языка можно устранить с помощью специальных упражнений и массажа, то наберитесь терпения и строго выполняйте все рекомендации логопеда, который будет сопровождать Вашего ребенка.

Рассмотрим показания к подрезанию подъязычной уздечки:

1. Короткую уздечку языка лучше подрезать в раннем возрасте до года.

Показание к проведению операции, если ребенок при кормлении:

• плохо сосет грудь из-за того, что укороченная уздечка мешает плотно обхватить сосок матери;

• запрокидывает голову;

• при сосании чмокает и плачет.

2. В более старшем возрасте показанием является смещение зубного ряда и формирование неправильного прикуса.

3. Трудности произношения звуков только в отдельных случаях требуют оперативного вмешательства.

Если у младенца аномальное строение уздечки и присутствуют сложности с сосанием, то проблема решается еще в роддоме подрезанием. Если же малыш все же способен нормально кушать, врачи стараются оставить ситуацию в покое, давая, что называется, время на вырост. И действительно, во многих случаях вместе с ростом челюсти постепенно растягивается и принимает нормальную форму уздечка.

*Хирургический метод* – это быстрое, радикальное решение проблемы. Операция проводится с использованием анестезии (обезболивания). Процесс заживления занимает определенное время и доставляет неудобство. Определяются ограничения в питании в связи с оперативным вмешательством, а также необходимо соблюдать голосовой покой несколько дней. У ребенка возможна психологическая травма, и желательна консультация психолога.

После операции необходимы занятия с логопедом для коррекции звукопроизношения.

*Консервативный метод исправления дефекта - растяжение подъязычной уздечки* – используется при данной проблеме достаточно часто и эффективно.

В 90% случаев при нарушении 1-4 звуков короткая уздечка языка легко растягивается при помощи специальных упражнений артикуляционной гимнастики.

Рекомендуется начинать растягивать уздечку еще в раннем возрасте - это поможет избежать массу проблем в 5-7 лет.

Но! Перед тем, как начинать делать упражнения необходимо спросить специалиста, как выполнять их правильно!

Так как эта мышечная складка достаточно эластична, гимнастика дает языку возможность постепенно вытягивать ее при поднятии. Движения нельзя выполнять рывками, а очень плавно и медленно.

Звуки, требующие заметного подъёма кончика языка вверх *([р], [ш], [ж])* ставятся после полного вытягивания у ребёнка подъязычной связки.

Звуки *([л], [ч], [щ], [т’], [д’])* можно начинать ставить, когда уздечка ещё не до конца растянулась, но уже есть некоторый подъём вверх кончика языка.

Нормативному произношению других звуков русского языка короткая уздечка не препятствует.

Часто родители думают, что укороченная подъязычная складка влияет на общее развитие речи ребенка. Это не совсем так. Дефекты уздечки влияют на чистоту произношения некоторых звуков, а не на всю речь в целом. Словарный запас, грамматические структуры языка, понимание речи – все эти компоненты речевой деятельности не зависят от длины подъязычной перепонки.

Метод растяжения уздечки хорош тем, что он консервативен, не вызывает психологических сложностей у ребенка, а также отличается высокой результативностью. И хотя этот метод и не требует внесения изменений в привычный режим жизни, но занимает определенное время (несколько месяцев) и требует дисциплины и регулярных занятий. При занятиях с ребенком родителям понадобятся настойчивость, терпение и даже находчивость.

Помимо специального комплекса упражнений нужно использовать любую возможность дать язычку потренироваться. К примеру, предлагайте ребенку… облизывать тарелку. Да, возможно, это противоречит правилами хорошего тона, но зато поможет справиться с речевыми проблемами. Сделайте это игрой!

Говори всегда красиво,

Правильно, неторопливо.

Кто хочет разговаривать,

Тот должен выговаривать

Все качественно, внятно,

Чтоб было всем понятно!