

# ***Навыки глотания и жевания у детей раннего возраста***

Жукова Оксана  
Вячеславовна  
нейрологопед

# ***ПЛАН***

1. Механизмы Глотания и Жевания
2. Развитие навыков питания у детей раннего возраста
3. Причины нарушений Глотания и Жевания и приемы помощи

# Глотание

Глотание- рефлексорный акт, при котором пища переводится из **ротовой полости** в **глотку** и далее в **пищевод**. Глотательный рефлекс возникает при раздражении окончаний тройничного, языкоглоточного и гортанного нервов, заложенных в слизистой оболочке мягкого неба. Центр Глотания находится в продолговатом мозге на дне IV желудочка.

Первая фаза глотания совершается произвольно. Движением щек и языка комок прожеванной и обработанной слюной пищи проталкивается в глотку. Вторая, непроизвольная, фаза глотания запускается через раздражение рецепторов слизистой оболочки мягкого неба, корня языка и задней стенки глотки. Сокращение дужек мягкого неба и корня языка, замыкание носоглоточного пространства, закрытие входа в гортань надгортанником- все это ведет к тому, что пищевой комок может протолкнуться только в отверстие пищевода, перистальтические движения которого (третья фаза) обеспечивают его дальнейшее прохождение до входа в **желудок**.

**Жидкость** продвигается по пищеводу под влиянием созданного в глотке давления и собственной тяжести.

Инфантильный тип глотания с напряжением  
периоральной мускулатуры



- Все дети рождаются с сосательным и глотательным рефлексам. Во время сосания происходит сокращение мышц губ, языка, щек, благодаря чему в ротовой полости создается отрицательное давление, и туда поступает жидкая пища. Язык младенца, совершая реверсивные движения (вперед-назад), направляет молоко в глотку.
- При инфантильном типе губы приоткрыты, зубные ряды разомкнуты, а язык проложен между ними. Во время глотательных движений язык отталкивается от губ (позднее – от нижних резцов, боковых зубов). Инфантильное (младенческое) глотание расценивается как физиологическая норма **до 2.5-3 лет**. Затем, по мере появления временных зубов и введения в рацион ребенка твердой пищи происходит переход от сосания к жеванию, глотание перестраивается с **инфантильного** на **соматический** (взрослый). Происходит изменение положения языка- он поднимается и прижимается к небному своду, перемещает пищевой комок по полости рта, продвигает его в глотку и пищевод.
- Если смены типа глотания не происходит, это становится причиной аномального прикуса и речевых расстройств. У взрослых может возникнуть дисфункция ВНЧС, боли в ШОП и различных отделах головы.

# Жевание

- Жевание- механическая обработка пищи в ротовой полости, ее измельчение и перемешивание со слюной. Жевание состоит из откусывания, раздавливания, дробления и перетирания пищи зубами при помощи движений нижней челюсти, осуществляемых благодаря жевательным мышцам.
- Жевание регулируется нервным центром продолговатого мозга, подкорковыми ядрами и отделами коры больших полушарий головного мозга.



# Глотание зависит от:

- Качества жевания, состояния тонуса мышц (артикуляционные навыки);
- Сенсорного созревания;
- Положения тела и головы (двигательная координация);
- Качества глотательного рефлекса (состояние и зрелость нервной системы);
- Дыхания



# ***Развитие навыков питания:***

## ***Возраст 0-1 месяц:***

- Ребёнок сосет грудь/бутылочку;
- Губы ещё не смыкаются полностью;
- Ребёнок не может остановиться сосать сам;
- Сильный поисковый рефлекс;
- Сосёт, используя первый сосательный механизм;
- Необходимо сделать 8-12 сосательных движений, чтобы далее произошёл вдох.





### ***Возраст 2 месяца:***

- Ребёнок сосет грудь/бутылочку;
- Сосёт, используя первый сосательный механизм;
- Увереннее смыкает губы;
- Открывает рот, когда видит соску или бутылочку;
- Губы активнее участвуют в процессе сосания;
- Ребёнок начинает поднимать ручки к бутылочке/груди.



### ***Возраст 3 месяца:***

- Ребёнок сосет грудь/бутылочку;
- Сосёт, используя первый сосательный механизм;
- Расширяются дыхательные пути, ребёнок способен уверенно дышать во время сосания;
- Начинает смыкать руки на середине тела;
- Тянет предметы и руки в рот, правда быстро их выпускает;
- Сосёт и лижет предметы и руки;
- Хорошо контролирует голову, чтобы играть с предметами в полусидячем положении.



### ***Возраст 4 месяца:***

- Губы начинают двигаться независимо друг от друга;
- Может надуть пузырь из слюны;
- Принимает ложку во рту;
- Принимает пюре во рту и может его проглотить;
- Прекращает кушать, если его отвлекают;
- Проявляет интерес к разным игрушкам и соске.



### ***Возраст 5 месяцев:***

- Ребёнок сосет грудь/бутылочку;
- Может уже глотать пюре;
- Удерживает уверенно соску во рту;
- Язык начинает двигаться вверх-вниз;
- Язык двигается назад после того, как ложку вынимают изо рта;
- Не контролирует пока еду во рту и теряет её;
- Может ещё сосать еду, которую дают ложкой;
- Новые консистенции могут вызвать рвотный рефлекс;
- Может сосать сушку или печенье, которое дали в руку;
- Начинает учиться пить воду из поильника,
- Может сам держать свою бутылочку.





### ***Возраст 6 месяцев:***

- Выражены новые возможности движений; язык и нижняя челюсть двигаются скоординировано;
- Ребёнок сосёт, используя 1 и 2 сосательный механизм;
- Язык выталкивает еду наружу, ещё активен рефлекс кляпа;
- Начинают резаться зубы;
- Окончательно интегрируются поисковый и кусательный рефлекс, рвотный не так интенсивен;
- Может долгое время держать губы вместе;
- Может снимать пюре с ложки губами.

### **Возраст 7-9 месяцев:**

- Стабильное положение тела сидя позволяет ребёнку развивать независимые друг от друга движения языком и нижней челюсти;
- Хорошо скоординированы движения губ, языка и нижней челюсти.
- Рвотный рефлекс ещё активно срабатывает на твёрдую, липкую пищу или ложку, которая оказалась глубоко во рту;
- Может пить жидкость из чашки, нижняя губа хорошо удерживает нижний край;
- Ребёнок сам удерживает стакан, может подносить его ко рту и убирать;
- Производит жевательные движения боковыми поверхностями;
- Язык производит боковые движения;
- Ребёнок начинает играть с едой, активно пробует грызть твёрдые кусочки овощей.





### ***Возраст 10-12 месяцев:***

- Ребёнок начинает самостоятельно кушать руками и пальцами;
- Координация движений губ, языка и челюстей развита полноценно;
- Уверенно пьёт из кружки;
- Уверенно обхватывает губами ложку и захватывает с неё еду;
- Охотно откусывает кусочки от печенья или овощей/фруктов;
- Полноценно жуёт движения вверх-вниз, по диагонали, сворачивающиеся;
- Ребёнок показывает вкусовые предпочтения;
- Без трудностей может сидеть в своём стульчике во время кормления.



### ***Возраст 13-18 месяцев:***

- Ребёнок начинает есть и издавать звуки одновременно;
- Может есть любые консистенции и текстуры;
- Язык завершает формирование боковых движений;
- Начинает пить из трубочки;
- Стремится кушать ложкой.



### ***Возраст 19-24 месяцев:***

- Ребёнок может уверенно глотать с сомкнутыми губами;
- Движения языком вверх-вниз теперь достигают своего идеального состояния;
- Может пить и держать стакан одной рукой;
- Ребёнок уверенно жуёт полноценными движениями челюсти;
- Почти полностью кушает самостоятельно.







***Возраст 24-36 месяцев:***

- Ребёнок уверенно жуёт полноценными движениями челюсти;
- Держит при этом рот закрытым;
- Не проливает, когда пьёт из стакана;
- Управляет ложкой движениями пальцев;
- Пользуется вилкой;
- Кушает самостоятельно.

# Причины нарушений Глотания и Жевания и приемы помощи

- **Низкая чувствительность в области рта**
- Низкая чувствительность мешает ребенку ориентироваться в том, что у него во рту, а значит он не сможет выбрать нужную стратегию движений. Это приводит к дискоординации артикуляционного аппарата и поперхиванию.



- **Высокая чувствительность в области рта**
- Высокая чувствительность мешает ребенку выдерживать разные текстуры во рту и на губах, он воспринимает их как опасные, не выносимые.



- **Приемы улучшения чувствительности:**

1. Чистка зубов электрической щеткой (сначала обычной),
2. Использование терапевтических силиконовых щеток во время игр с ребенком,
3. Стратегия расширения спектра ротового обследования.



- **Приемы использование щеток:**

1. Вдоль губ снизу и сверху
2. Внутри щеки: вверх-вниз
3. Внутри щеки: вперед-назад
4. Поверхность зубов/десен: покрутить
5. Стимуляция кончика языка (влево-право)
6. Стимуляция боковой поверхности языка (вперед-назад)
7. Стимуляция языка сверху, передвигая/перекатывая щетку по нему
8. Отдать ребенку щетку в руку, направить в рот
9. Длительность стимуляции – 5-7 минут



- У ребенка сохраняются симптомы инфантильного глотания:
- Губы разомкнуты или сомкнуты, но при проглатывании пищи еще плотнее сжимаются, т. к. возникает сокращение мышц рта.
- Язык находится в межзубном положении или упирается в нижние резцы.
- В реализации глотательного акта также принимают участие подбородочная мышца и мышцы шеи.
- Вся нижняя часть лица ребенка находится в высоком тонусе, напряжена, что проявляется точечными ямками на коже подбородка и в уголках рта («симптом наперстка»). Нередко происходит втяжение щек, отмечается выбухание губ в момент упора в них кончика языка. Включение в глотание шейных мышц сопровождается вытягиванием шеи и наклоном головы. Иногда возникает дрожание век.

## **Лечение инфантильного глотания:**

- **Логопедическая коррекция**
- **Занятия с логопедом** призваны закрепить новый характер глотания взрослого типа. Для ухода от инфантильного глотания назначается:
- **Артикуляционная гимнастика**. Основная задача – выработать привычное верхнее положение языка, нормализовать дыхание через нос. В комплекс включаются упражнения на подъем языка («Качели», «Вкусное варенье», «Маляр»), упражнения для губ и челюстей, **дыхательная гимнастика**. Полезно имитировать жевание, зевание, глотание, контролируя нахождение языка за верхними зубами.
- **Логопедический массаж**. Активное механическое воздействие необходимо с целью расслабления круговой мышцы губ и активизации жевательной мускулатуры. В процессе массирования применяются ручные приемы, массаж зондами, вибромассажерами. После массажа рекомендуется **наложение тейпов** на мышцы, участвующие в акте глотания.
- **Стоматологическая помощь**



# Трудности перехода на твердую пищу

## *Ниблер для обучения жеванию*

- Можно использовать с 5-8 месяцев





***СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!***

