

## Что такое миофункциональные нарушения и как помочь ребенку?

Все родители хотят видеть своих детей здоровыми и красивыми. Детство — это период, на протяжении которого организм ребенка постоянно растет и развивается. Поэтому каждый ответственный родитель прикладывает много усилий и времени на то чтобы вырастить ребенка здоровым и красивым. У 3 из 4 детей сегодня формируются аномалии челюстно-лицевого развития.

Выявленные в раннем возрасте нарушения развития челюстно-лицевой области хорошо поддаются лечению. Но, однако, на практике такие дети часто остаются без лечебной помощи, и у них возникают различные нарушения прикуса: сужение челюстей, скученность зубов, менее гармоничные пропорции лица. Современное лечение брекет-системой и удаление зубов у подростков не устраняет причин возникновения аномалий прикуса и диспропорций лица.

Так, что же такое миофункциональные нарушения? **Миофункциональные нарушения** — это снижение или повышение нормального тонуса жевательных и мимических мышц, возникающие при нарушениях функций зубочелюстной системы (дыхания, глотания, жевания, речи). Прикус — это характер смыкания зубных рядов. Внешне нарушения прикуса проявляются изменениями пропорций лица, изменением положения отдельных зубов, нарушением смыкания зубных рядов и положения челюстей относительно друг друга.

Посмотрите внимательно на Вашего ребенка, его лицо гармонично или заметны какие-либо проблемы с прикусом? «На что обратить внимание?» спросите Вы. Натянутые губ или приоткрытый рот, ротовой тип дыхания — все это свидетельство неправильного прикуса. Можно определить неправильный прикус, даже не заглядывая в ротовую полость, основываясь только на анализе лицевых признаков. Достаточно понаблюдать за ребенком несколько минут в непринужденной обстановке и ответить на ряд вопросов:

- Губы Вашего ребенка находятся в сомкнутом состоянии? Когда он смотрит мультики или когда спит?
- Ваш ребенок часто дышит ртом?
- Попросите малыша проглотить слюну. Вы увидели, как напряглись мышцы лица, особенно подбородка?  
Примерно вот так.
- У Вашего ребенка при глотании видны зубы или язык?
- Прежде чем проглотить питье, Ваш ребенок надувает щеки?
- У Вашего ребенка (старше 4 лет) выраженные дефекты речи?
- Ваш ребенок сосет палец или другой предмет, соску (старше 1 года), грызет ногти, карандаш или ручку?
- У Вашего ребенка (старше 5 лет) отсутствуют промежутки между временными зубами?

Если хотя бы на один из вопросов Вы ответили положительно, тогда Ваш путь должен лежать к ортодонту, который владеет методами миофункциональной коррекции и предложит вам специальные преортодонтические трейнеры и комплекс миогимнастики для устранения выявленных нарушений. И чем раньше Вы это сделаете, тем больше шансов у Вас и Вашего ребенка иметь правильный прикус без брекетов.

### **Почему возникают такие нарушения?**

**Ротовое дыхание**, как правило, следствие заболеваний ЛОР органов (аденоиды) или слабой круговой мышцы рта. (Естественным и единственно правильным является дыхание через нос - только оно обеспечит гармоничный рост лицевого скелета ребенка).

**Глотание** нарушается, как правило, при длительном сосании бутылочки с соской и соски-пустышки, при длительном кормлении ребенка мягкой и протертой пищей. После 4-5 лет глотание должно быть незаметным, лицевые мышцы в нем не участвуют.

**Жевание** мягкой протертой пищи не дает достаточного стимула к росту челюстей и следствием этого становится скученность зубов. Если после 5 летнего возраста временные зубы стоят плотно друг к другу, между ними отсутствуют промежутки (тремы), то скорее всего постоянные зубы не поместятся в зубном ряду.

**Сосание** пальца, равно как и соски после года-полтора, также приводит к тяжелым деформациям челюстных костей- формированию открытого прикуса и отклонению верхних зубов кпереди. Так бывает, когда ребенок сосет палец.

**Осанка**- ее нарушения непосредственно влияют на гармоничность лицевого скелета, так как нарушается миодинамическое равновесие.

**Речевые нарушения** связаны с неправильной артикуляцией. То зачастую приводит к аномальному давлению языка на зубные ряды, вызывая смещения зубов.

Конечно, генетическая предрасположенность к неправильному прикусу тоже имеет место быть.

### **Советы заботливым родителям**

**Дыхание** Следите, чтобы ребенок обязательно дышал носом! Обратите внимание на рот ребенка в момент просмотра мультфильмов или во время игры — он должен быть закрытым! Если есть заболевания дыхательных путей, их нужно срочно лечить. Необходимо постепенно, без агрессии, но настойчиво приучать ребенка к носовому дыханию.

**Глотание** Ребенок должен глотать незаметно для окружающих, без напряжения губ, щек и мышц. В норме язык к 4-5 годам должен отталкиваться от переднего участка твердого неба, сразу за центральными резцами.

**Жевание** Для оптимального жевательного давления и развития челюсти ребенок должен получать достаточно твердую пищу, которую нужно откусывать, разжевывать, сомкнув губы, и как можно меньше запивать.

**Сосание и вредные привычки.** К 10-12 месяцам жизни у ребенка угасает функция сосания. Избегайте использования пустышек у детей старше года. Контролируйте вредные привычки ребенка: сосание пальцев, игрушек, других предметов- они чаще являются результатом психологического дискомфорта ребенка.

**Осанка. Во время еды:** стопы на полу, прямая спина, не подпирать голову. **Во время сна:** спокойная расслабленная поза на спине или попеременно на правом и левом боку с закрытым ртом. Следите, чтобы подушка была невысокой, и ребенок во время сна не подкладывал руку под щеку. Плохо, если ребенок спит с запрокинутой головой.

**Речь** Необходимо следить за тем, чтобы ребенок 4-5 лет произносил все звуки отчетливо, особенно сложные.

Своевременно предупредить диспропорцию в развитии лицевого скелета и челюстных костей дать своевременные рекомендации по профилактике миофункциональных нарушений, нормализовать условия нормального формирования функций челюстно-лицевой области детский стоматолог сможет в случае, если он наблюдает ребенка регулярно с самого раннего возраста. Не забывайте, что посещать стоматолога 1 раз в три месяца, если врач не посоветует иначе.