

Zaburzenia miofunkcjonalne w praktyce logopedycznej.

Słowo “mio” oznacza mięsień ; miofunkcjonalny znaczy dotyczący funkcji mięśni, przy czym niekoniecznie lub, nie w każdym przypadku dotyczyć to będzie mięśni nóg lub rąk, ale szczególnie ust i twarzy. Przyczyny , które mogą, ale niekoniecznie muszą prowadzić do zaburzeń miofunkcjonalnych to między innymi; zaburzenia w czasie rozwoju prenatalnego i ciąży, zaburzenia w czasie porodu, uwarunkowania genetyczne, zespoły genetyczne /lub rozszczepy wargi, podniebienia, nieprawidłowy sposób karmienia niemowląt, nawyk ssania kciuka, utrudnione oddychanie nosem np w wyniku przerostu migdałków podniebiennych lub gardłowego, wady zgryzu.

Terapia miofunkcjonalna pomaga skorygować nieprawidłową pracę mięśni języka, ust oraz gardła w czasie odpoczynku, przeżuwania i połykania. Dotyczy wyeliminowania nieprawidłowych nawyków, jak np. trzymanie języka pomiędzy zębami lub funkcjonowania ze stale otwartą buzią. Równoważy i trenuje mięśnie języka i mięśnie mimiczne i muskulaturę ciała.

Podczas terapii prowadzone są ćwiczenia w obszarze jamy ustnej, ćwiczenia mające na celu poprawę pozycji spoczynkowej języka i warg, ćwiczenia usprawniające aparat artykulacyjny , ćwiczenia zasysania i połykania oraz ćwiczenia całego ciała.

O wskazaniu do terapia miofunkcjonalna możemy mówić wówczas, gdy występuje co najmniej jeden z poniższych objawów:

- otwarte usta,
- nieprawidłowy tor oddechu (oddychanie przez usta),
- nadmierne ślinienie,
- anomalie w ustawieniu zębów w połączeniu z przyzębowo lub międzyzębowo ukierunkowanym procesem połykania,
- zaburzenia artykulacji w połączeniu z nieprawidłowym wzorcem połykania,
- chrapanie,

- dolegliwości stawu skroniowo- żuchwowego,
- seplenienie.

Jakie są możliwe następstwa nieleczonego zaburzenia miofunkcjonalnego?

- stałe problemy z artykulacją lub/oraz niewyraźna wymowa,
- wady zgryzu,
- problemy ze stawami skroniowo-żuchwowymi,
- z powodu ucisku i tarcia języka na dziąsła może powstać paradontoza.

Specjalista prowadzący terapię (logopeda,neurologopeda, fizjoterapeuta) indywidualnie oceniając problemy miofunkcjonalne u dziecka, wskaże kierunek terapii oraz negatywne oddziaływanie zaburzeń miofunkcjonalnych na proces oddychania, mówienia, połykania, kształtowanie się podniebienia, żuchwy, ustawienie zębów oraz postawę całego ciała. Rodzice dzieci z zaburzeniami funkcji w obszarze ustno-twarzowym otrzymają wskazówki jak rozpoznać takie problemy oraz jak im zapobiec. Pacjenci z zaburzeniami miofunkcjonalnymi oraz ich opiekunowie będą posiadać szczegółowe informacje, w jaki sposób stosowanie terapii może wspomóc rozwiązanie ich problemów.

Terapia miofunkcjonalna podzielona jest na sześć bloków, w których znajdują się: ćwiczenia spoczynkowe języka i warg, ćwiczenia całego ciała, ćwiczenia języka, ćwiczenia warg, ćwiczenia przyssania języka oraz ćwiczenia połykania.

Ćwiczenia aktywizujące całe ciało są niezwykle atrakcją dla dzieci i alternatywą do ćwiczeń wymagających spokojnego siedzenia bez ruchu. Każde ćwiczenie opatrzone jest wskazówką w jaki sposób należy je poprawnie przeprowadzić.

Terapia miofunkcjonalna jest rozwiązaniem dla dzieci i dorosłych z nieodpowiednim sposobem oddychania, chrapaniem, bezdechami, problemami z napięciem w obrębie aparatu artykulacyjnego, czy nieprawidłową wymową. Leczenie jest bezbolesne i nieinwazyjne, polega na wykonywaniu ćwiczeń logopedycznych aktywujących mięśnie twarzy, w

celu wypracowania właściwej koordynacji funkcji aparatu mięśniowo-szkieletowego.

Ponadto terapia miofunkcjonalna stanowi ważną alternatywę dla innych metod leczenia zaburzeń oddychania podczas snu. Udowodniono, że zmniejsza ona wskaźnik bezdechu o ok. 50% u osób dorosłych i 62% u dzieci. Ćwiczenia logopedyczne wykształcają nawyk prawidłowej pracy mięśni języka, podniebienia, gardła i twarzy, co niweluje przeszkody w swobodnym przepływie powietrza przez drogi oddechowe.

Terapia miofunkcjonalna dedykowana jest także dzieciom po operacji usunięcia migdałków, aby nauczyć je prawidłowego oddychania przez nos. Dorośli po przebytym leczeniu zabiegowym chrapania i bezdechów, powinni skorzystać z pomocy terapeuty specjalizującego się w zaburzeniach miofunkcjonalnych, aby zapobiec nawrotowi zaburzeń oddychania podczas snu.

Agnieszka Caban

neurologopeda, specjalista terapii miofunkcjonalnej
Poradnia Psychologiczno- Pedagogiczna w Kozienicach