

Wpływ karmienia dziecka na funkcjonowanie narządów mowy

Najbardziej pełnym sposobem porozumiewania się ludzi jest komunikacja werbalna. Prawidłowe kształtowanie się mowy ma bardzo istotny wpływ na rozwój dziecka. Rozwijanie się mowy to proces wieloletni i obejmujący różne etapy.

Prawidłowy rozwój mowy dziecka zależy jest od wielu czynników – właściwego dojrzewania Ośrodkowego Układu Nerwowego, poziomu rozwoju poznawczego, ale też od prawidłowego wykształcenia się narządów artykulacyjnych, fonacyjnych i oddechowych oraz ich sprawności ruchowej.

Na rozwój i funkcjonowanie narządów mowy, niezbędne do prawidłowego wypowiedzania dźwięków mowy oraz łączenie ich w sylaby i wyrazy wpływ ma sposób karmienia dziecka już od pierwszych dni życia. Poniżej omówione zostaną najważniejsze aspekty prawidłowych nawyków w zakresie sposobów karmienia, które mogą mieć duże znaczenie dla prawidłowego rozwoju narządów artykulacyjnych.

Karmienie piersią a karmienie butelką- udowodniono, że karmienie naturalne ma korzystny wpływ na rozwój aparatu mowy dziecka. W trakcie karmienia piersią żuchwa rozwija się prawidłowo, doprzednio, co wpływa na stopniowe cofanie się naturalnego, fizjologicznego tyłożuchwia. Właściwie następuje rozwój mięśni unoszących język do góry, co wpływa na jego pionizację, rozwija się mięsień okrężny warg oraz wzrasta prawdopodobieństwo szybszego przekształcenia się sposobu połykania z niemowlęcego (język ułożony płasko, wargi napięte, żwacze rozluźnione) na dorosły (przednia część języka uniesiona do sklepienia jamy ustnej, wargi zbliżone, nie biorą udziału w połykaniu, żwacze napięte). Karmienie piersią może w efekcie uchronić dziecko przed powstaniem wad zgryzu i wad wymowy, takich jak sygmatyzm międzyzębowy lub przyzębowy. Dodatkowo podczas karmienia piersią dziecko oddycha prawidłowo torem nosowym, ponieważ języczek podniebienny zamyka przejście do dróg oddechowych. Karmienie naturalne jest również doskonałą okazją do rozpoczęcia naturalnej komunikacji między matką a dzieckiem.

Karmienie sztuczne nie sprzyja pionizacji języka, gdyż język ułożony jest bardziej płasko, nie pracuje tak intensywnie jak podczas karmienia piersią, wargi również są bardziej wiotkie i mniej sprawne. U dzieci karmionych sztucznie częściej powstają wady zgryzu. Karmienie

butelką sprzyja niewłaściwemu oddychaniu torem ustnym i przyzwyczajaniu się do takiego sposobu oddychania, co może mieć wpływ na częstsze występowanie infekcji górnych dróg oddechowych i nieprawidłowy sposób połykania.

Prawidłowy sposób karmienia niemowląt ma bardzo duży wpływ na rozwój mięśni biorących udział w przyjmowaniu pokarmu. Te same mięśnie będą w przyszłości brały udział w mówieniu.

Karmienie naturalne ma lepszy wpływ na kształtowanie prawidłowego odruchu ssania i połykania oraz synchronizację odruchów ssania, połykania i oddechu.

Wprowadzenie picia z kubeczka- po piątym miesiącu życia odruch ssania zaczyna słabnąć, ale sama czynność ssania może być zachowana dłużej. Kontynuując karmienie z butelki po 1 roku życia utrwalamy nawyk ssania, co nie jest korzystne dla rozwoju mowy. Właściwym podejściem jest uczenie dziecka w tym wieku picia z kubka i jednocześnie przygotowywanie narządów artykulacyjnych do wypowiedzania sylab i wyrazów. Picie z kubków niekapków powinno być jedynie rozwiązaniem w sytuacjach wyjątkowych, używać ich można sporadycznie, w czasie podróży lub wycieczki poza dom. Chociaż uczenie dziecka picia z kubka jest o wiele mniej komfortowe dla opiekunów niż podawanie płynów z butelki, należy pamiętać, że nieprawidłowy sposób picia (zbyt długo z butelki) uniemożliwia pionizację języka, co przyczynia się w znacznej mierze do tego, że większość przedszkolaków nie wymawia głosek dźwiękowych (sz, ż, cz, dż, r, l).

Prawidłowa konsystencja pokarmów i karmienie łyżeczką- w pierwszych miesiącach życia dziecko żywi się tylko mlekiem, ale w miarę upływu miesięcy jego potrzeby żywieniowe ulegają zmianie. Dieta dziecka zmienia się wraz z jego rozwojem. Dotyczy to również konsystencji pokarmów. Konieczne jest jak najwcześniejsze podawanie dzieciom pierwszych gęstych papiek łyżeczką, a nie przez smoczek. Zbieranie pokarmu z łyżeczki górną wargą ma wpływ na prawidłowy rozwój mięśni okrężnych warg, których sprawność warunkuje poprawną artykulację samogłosek i wielu spółgłosek- m, p, b, w, f, sz, ż, cz, dż, ś, ź, ć, dź. W czasie karmienia łyżeczką należy sadzać dziecko naprzeciwko siebie, łyżeczkę

wprowadzać na środek języka i lekko naciskać to miejsce, wysuwać łyżeczkę z buzi w linii prostej. Pokarm musi być ściągany z łyżeczki górną wargą.

W okresie, kiedy dziecko zaczyna wypowiadać pierwsze sylaby (od 10 mies. życia) i wyrazy (od 12 mies. życia) niewskazanie jest podawanie pokarmu z butelki, ponieważ takie działanie jest częstą przyczyną powstawania wad wymowy takich jak seplenienie. Roczne dziecko może próbować pokarmów, które jedzą dorośli, aby oswajać się z nowymi smakami, zapachami, konsystencją i wyglądem pokarmów. Nie należy rezygnować z tej możliwości na rzecz podawania dziecku gotowego przetartego jedzenia ze słoiczka. Niewłaściwy sposób karmienia oraz niezmienna, zbyt rozdrobniona konsystencja pokarmów mogą przyczynić się do powstawania wad zgryzu oraz wad wymowy, którym sprzyjają nieprawidłowe, zbyt oszczędne ruchy żuchwy, języka i podniebienia miękkiego. Prawidłowy sposób karmienia i odpowiednia konsystencja pokarmów mają wpływ na właściwe formowanie się narządów artykulacyjnych i rozwój umiejętności szybkich zmian w zakresie ułożenia języka i warg.

Prawidłowe odgryzanie pokarmów- odgryzanie powinno odbywać się za pomocą przednich siekaczy. Warto zwracać uwagę na sposób odgryzania pokarmów przez dziecko, ponieważ niewłaściwe odgryzanie- boczne, może być przyczyną nawykowego przemieszczania żuchwy, wady zgryzu (zgryz krzyżowy) i nawykowego bocznego układania języka, co z kolei prowadzić może do wady wymowy- seplenienia, głównie bocznego.

Prawidłowe żucie pokarmów- należy zwrócić uwagę na prawidłowy sposób żucia pokarmów. Prawidłowe żucie to żucie okrężne, gdy żuchwa wykonuje ruch zbliżony do okręgu, a wargi są swobodnie przymknięte. Żucie pionowe nie jest prawidłowe, powoduje osłabienie mięśni policzków i nieprawidłową pracę żuchwy, której właściwe funkcjonowanie jest potrzebne w procesie artykulacji.

Przy wprowadzaniu wszelkich zmian w sposobie karmienia dziecka i jego diecie należy pamiętać o szczególnej cierpliwości wobec dziecka, zapewnienia mu bezpieczeństwa i wsparcia.

Opracowanie: K. Tabędzka

Bibliografia:

1. Bieńkowska K. , Jak dzieci uczą się mówić, PZWL, Warszawa 2012.
2. Cieszyńska J. , Korendo M. , Wczesna interwencja terapeutyczna. Stymulacja rozwoju dziecka od noworodka do 6 roku życia, Wydawnictwo Edukacyjne, Kraków 2007.
3. Rocławski B. , Fedorowska W. , Wardowska B. , Wczesne uwarunkowania rozwoju mowy, Glottispol, Gdańsk 1995.