

Jak rozpoznać skrócone wędzidełko podjęzykowe?

Ocena długości wędzidełka podjęzykowego nie jest bardzo trudna i w pierwszej kolejności może dokonać jej sam rodzic. W tym celu powinien wykonać pięć prób, które pozwolą nam ocenić ruchomość języka:

1. Uniesienie szerokiego języka za górne zęby przy szeroko otwartej buzi.
2. Zrobienie tzw. „kobry”, czyli przyssanie całej powierzchni języka do podniebienia.
3. Ułożenie szerokiego języka na górną wargę w ten sposób, aby nie dotykał on wargi dolnej.
4. Dotknięcie koniuszkiem języka najbardziej tylnych dolnych zębów – najpierw po prawej stronie, a później po lewej.
5. Wsuniecie języka jak najdalej na brodę.

Podczas tych pięciu prób zwracamy uwagę na:

- **kształt języka** – czy koniuszek języka przyjmuje sercowaty kształt zamiast owalu?
- **stan wędzidełka** – czy uniesienie języka do góry powoduje silne napięcie wędzidełka, aż po zgrubienie?
- **symetrię** – czy język układa się symetrycznie, czy może zwraca się w prawą lub lewą stronę?
- **współruchy** – czy dziecko w czasie wykonywania prób wspomaga się, np. dodatkowymi ruchami żuchwy?

Wykonanie powyższych prób oraz dokładna obserwacja dziecka z pewnością pozwolą nam trafnie ocenić stan wędzidełka podjęzykowego.

Przed podjęciem decyzji o podcięciu wędzidełka, należy wykonać szereg ćwiczeń oraz masażu logopedycznych, mających na celu wydłużenie wędzidełka. Zaznaczyć należy jednak, iż rozciągnięcie wędzidełka nie jest rzeczą łatwą i szybką. Ćwiczenia należy powtarzać codziennie i to kilkakrotnie w ciągu dnia. Jeżeli jednak ćwiczenia te nie będą przynosić efektów, a dziecko nadal będzie miało problem z wymową głosek l, t, d, n, sz, rz, cz, dż, r należy wykonać **zabieg frenotomii**, który zwiększy zakres ruchów języka.

Zdania na temat postępowania w przypadku anyloglosji są podzielone. Z jednej strony mamy zwolenników „rozciągania” wędzidełka podjęzykowego poprzez masaże i różnego typu ćwiczenia, a z drugiej – zwolenników zabiegu podcięcia wędzidełka, czyli frenotomii.

Z pewnością całkowite przyrośnięcie języka do dna jamy ustnej będzie bezwzględnym wskazaniem do wykonania zabiegu. Jednak, co wybrać w pozostałych sytuacjach?

Są dwie drogi. Można spróbować masażu rozciągającego wędzidełko podjęzykowe. Drugą możliwością (ze sprawdzoną skutecznością) jest podcięcie wędzidełka. Zabieg ten wykonują stomatolodzy lub chirurdzy. Odbywa się pod miejscowym znieczuleniem. Nie należy się bać podcinania, bo pozytywne rezultaty podcięcia dziecko będzie odczuwać do końca życia.

Komfort prawidłowego rozwoju mowy i wszystkich czynności fizjologicznych w obrębie jamy ustnej są przecież bezcenne. Należy mieć jednak świadomość, że jednokrotne podcięcie może nie wystarczyć, a także, że samo podcięcie może być nieskuteczne.

Należy **(regularnie!)** wykonywać serię ćwiczeń, które odpowiednio utrwalą nową ruchomość języka. **Jeśli przez kilka lat życia dziecka język był przytwierdzony do dna jamy ustnej, to należy wypracować prawidłowe ułożenia i nowe nawyki jak najszybciej, zapobiegając zrośnięciu przecięcia.** Ćwiczenia takie uświadamiają też swobodę ruchów języka i doskonałą ich precyzję.

Przecięte wędzidełko zwykle goi się bez problemu. Po operacji konieczne są ćwiczenia, które zapobiegą powstaniu zrostów, i co najważniejsze - nauczą unosić język do góry.

Sama operacja nie sprawi, że język będzie się sam utrzymywał w pozycji pionowej. Przed i po zabiegu powinny być wykonywane ćwiczenia języka.

Przykładowe ćwiczenia, które można wykonywać zarówno przed, jak i po zabiegu podcięcia wędzidełka językowego.

- Dotknij językiem kącików ust przy szeroko otwartej buzi, machaj językiem jak piesek ogonem.
- Oblizywanie końcem języka wargi dolnej i górnej.
- Oblizuj wargi przy szeroko otwartej buzi ruchem okrężnym. Aby ułatwić to ćwiczenie dziecku, można posmarować usta czymś słodkim, np. czekoladą, dżemem albo miodem.
- Oblizywanie końcem języka miejsc pod dolną oraz górną wargą.
- Staraj się dotknąć językiem nasady każdego zęba przy szeroko otwartej buzi.
- Naśladuj kota pijącego mleko (wystaw język z buzi daleko do przodu, potem skieruj w górę, a następnie go schowaj).
- Wylizuj talerz lub miseczkę (np. po budyniu, dżemie). Dobrym ćwiczeniem jest także lizanie lodów lub naśladowanie językiem takiego ruchu.
- Spróbuj naśladować odgłosy kopyt konia (kląskanie/klaskanie językiem).
- Spróbuj sięgnąć językiem do nosa i do brody.

A tak wygląda zbyt krótkie wędzidełko podjęzykowe

