

I forlængelse af DR's fokus på søvnapnø, vil jeg komme med dette indspark.

Det kan umiddelbart se meget nuttet ud MEN, en babymund/børnemund skal ikke stå åben!

Når babyer ammes skal de kunne trække vejret gennem næsen fordi læberne skal slutte til om brystet og munden er fyldt op af bryst.

Fra et menneske bliver født skal munden kun stå åben når det griner, pludre/taler, gaber eller synger.

Der er KUN ulemper ved at trække vejret gennem munden både på den korte og den lange bane

Læbelukke er MEGET vigtigt af mange årsager. En åben mund på babyer og børn vil med stor sandsynlighed få negativ indvirkning på tandstilling, synkning, søvnkvalitet, mental trivsel og udtale, livet i gennem.

I Praksis for Ergoterapi hjælper vi mange mange små og store børn, der har synke- og talemotoriske udtalevanskeligheder, er grov- og finmotorisk forsinket eller er i mental mistrivsel.

Det gør vi fordi det er vores specialer.

Disse børn har, og har ofte haft, åben mund som babyer eller fra de er helt små.

En åben mund hos et mindre barn er ofte et tegn på at kæbeledet er (lidt) løst og at musklerne i kæben og læberne er (lidt) slappe. Åben mund kan også opstå som resultat af for længe brug af sut og andre tilfælde kan et for kort tungebånd være en af årsagerne.

Babyer behøver absolut ikke at have en udfordring der kræver terapi. Nogle babyer kan blot være født med en lidt umoden sansemotorik i munden men når vi spotter den åbne mund, dag og /eller nat, skal vi forebygge. Vi skal ikke bare vente og se tiden an

Vi kan gøre baby/børn en stor tjeneste hvis vi i dagligdagen laver små læbesansninger og motoriske tiltag i vores daglige rutine. Vi sender derved besked via sansesystemet til hjernen om læbernes lukkede tilstand.

Sådan:

- Hver gang baby er ammet/har fået flaske, klemmer vi forsigtigt deres læber sammen, holder 4-5 sek. for at etablere næseånding og slipper blidt igen.
- Når barnet starter på skemad kan vi hjælpe læbelukket ved at placere skeen med mos, på langs, mellem læberne. Vent med at tage skeen væk indtil barnet selv lukker læberne om skeen
- Benyt en ske med et relativt smalt og fladt skehoved.
- Når baby bliver lidt større og skal begynde at drikke af kop, kan en kop med en lille diameter (som et snapseglass) hjælpe læberne til øget runding og korrekt lukke
- Sugerør kan med fordel bruges fra 10-12 mdr. alderen
- Har din baby åbne læber hen over dagen, kan du med fordel klemme et par fingre blidt om dets læber i 3-4 sekunder for at etablere vejrtrækning gennem næsen. Gør det i løbet af de hyggestunder I har i løbet af dagen ❤️

I Praksis for Ergoterapi arbejder vi dagligt med børn, i forskellige aldre, der skal have lidt mere hjælp end blot ovenstående hverdagstiltag. Vi laver en mundmotorisk analyse ved at undersøge hvordan børnene bruger munden når de spiser, leger, taler og vi tjekker for forstørrede mandler, ganefacon, tandstilling, tungeposition i munden m.m. Der ud fra vejledes forældrene i tiltag der kan give barnet læbelukke, næseåndedræt og en optimal mundmotorik så vi forebygger:

- Urolig søvn
- Søvnapnø
- Irritabel med og uden nedsmeltninger i løbet af dagen
- Savlen efter 1 års-alderen
- Tandstillingsfejl

- Udtalefejl