

Роль глотания и жевания на этапе формирования речи у детей раннего возраста

Речь является одной из основных функций человека, необходимых ему для того, чтобы вести полноценную жизнь. Естественным периодом формирования речи являются первые три года жизни малыша, и если в это время не создать благоприятных условий для формирования данной психической функции, в дальнейшем компенсировать её будет значительно труднее.

В физиологическом отношении речь представляет собой сложный двигательный акт. Она образуется на основе движений речевой мускулатуры, включая мышцы гортани и дыхательные мышцы. Ощущения от движения артикуляционных мышц, так же, как тонус артикуляционной мускулатуры, формируется на 1 году жизни, в триаде глотание-жевание-речь.

Глотание – сложный комплекс двигательных реакций, благодаря которым пища перемещается из полости рта через пищевод в желудок.

Глотательный рефлекс относится к врождённым. Ребёнок рождается с хорошо развитым механизмом глотания, который в первые месяцы носит название инфантильного. В норме в акте глотания принимают участие 22 мышцы челюстно-лицевой, подъязычной области и глотки. По мере прорезывания молочных зубов сосание заменяется жеванием, тип глотания у ребёнка перестраивается на соматический. Язык при соматическом глотании расположен в передней трети твёрдого нёба, при этом спинка языка продвигает пищу в гортань. Положение кончика языка при инфантильном глотании межзубное. Если глотание не переходит к соматическому типу, это может повлиять на неправильное (межзубное) произнесение звуков.

Акт жевания также важен в формировании моторной стороны речи. Казалось бы, что может быть общего между умением ребёнка жевать твёрдую пищу и речевым развитием? На самом деле эти два процесса

связаны напрямую. Навык жевания ещё до того, как ребёнок начинает говорить, развивает подвижность речевых органов малыша.

Жевание твёрдой пищи является своего рода «тренажёром», который готовит речевой аппарат к овладению речью. В процессе жевания мышцы нижней челюсти, языка и щёк многократно тренируются и таким образом готовятся к процессу говорения.

При пережевывании твердой пищи участвуют мышцы щек (щека подталкивает пищевой комок на корень языка), что создает внутрищечное давление. Внутрищечное давление важно для способности произносить согласные звуки (попробуйте сказать Б, П и проследите, как надуваются щеки). При измельчении пищи зубами работают челюсти, что влияет на формирование прикуса. Родители малышей часто используют в детском рационе мягкую пищу. Во-первых, это удобно – в магазинах изобилие различных пюре. Во-вторых, мамы часто боятся, что ребенок подавится. В-третьих, сокращается время кормления - глотать быстрее, чем жевать. В-четвертых, ребенок чистый и пространство вокруг ребенка чистое. Казалось бы – столько плюсов! Но давайте оценим другие важные факторы, о которых родители не знают или не задумываются.

Если ребенок не умеет жевать, он не получает многократной тренировки всех артикуляторных мышц. Соответственно снижается тонус артикуляционного аппарата: щеки толстые, приопущенные, рот приоткрыт, язык может находиться на пороге нижней губы, может наблюдаться саливация (слюнотечение). Низкий тонус мышц может привести к дизартрии (нарушение звукопроизношения вследствие нарушения иннервации (подвижности) мышц речевого аппарата). Приоткрытый рот формирует неправильный (ротовой) тип дыхания. Слабый, короткий вдох при таком типе дыхания приводит к снижению кислородообменных процессов. Кислород является питанием для головного мозга.

Для профилактики речевых нарушений важно обучать ребенка жеванию. Уже в период введения прикорма в возрасте 4-5 месяцев (пища гомогенная, измельченная, но дается с ложечки, порционно) ребенок начинает осваивать жевательные движения, захватывать пищу языком и формировать пищевой комок. В возрасте около 6 месяцев ребёнок готов к тому, чтобы учиться жевать. Примерно в 7-12 месяцев у детей формируются навыки кусания и жевания, совершенствуются движения языка, а также развивается умение перемещать языком пищу к зубам. Начиная с 8-месячного возраста, уже можно давать ребёнку специальное детское печенье, сухарик пшеничного хлеба или сушку, каши.

Для любого развития требуется проявить некое усилие. Усложнение пищевых структур, увеличение нагрузки при жевании приводит к развитию мышечного тонуса (в звукопроизношении это проявляется в способности принять и удержать артикуляционную позу). Увеличение объема движений мышц (глотание - жевание гомогенной пищи, жевание твердой пищи (кусочковое питание)) формирует кинетическую (переключение с движения на движение) составляющую речи – способности произносить не отдельные звуки, а слоги и многосложные слова.

Следовательно, если кроха не научился жевать еду к 1 году, а к 3 годам у него не получается есть твёрдую пищу (не измельчённую блендером), это может привести к различным нарушениям речи.

Таким образом, развитие правильного глотания и жевания влияет на развитие речи, профилактику появления речевых патологий в частности и развитие психической активности ребенка в целом.