

VPLIV DUDE NA ORALNO MOTORIČNI RAZVOJ OTROKA

Oralna motorika zajema gibanje ustnic, jezika, zob, čeljusti, mehkega in trdega neba. Te strukture imenujemo tudi oralne strukture. Pravilen razvoj in zrelost oralno-motoričnega gibanja je osnova za razvoj sposobnosti hranjenja in ustrezno izgovarjavo glasov pri otroku.

Sesanje je prisotno že v prenatalnem obdobju otroka in se po rojstvu nadaljuje v obliki nenutritivnega in nutritivnega sesanja. Nenutritivno sesanje ni namenjeno prehranjevanju, vendar je predpogoj za razvoj nutritivnega sesanja. Namen nutritivnega sesanja je prehranjevanje. Pri tem se močno aktivirajo notranje in zunanje mišice jezika. Jezik se tako premika naprej in nazaj ter navzgor in navzdol in tako otroku omogoča sesanje mleka iz dojke ali iz stekleničke. Čeprav je sesanje eden izmed otrokovih refleksnih odzivov pa lahko predolgo sesanje dudu, palca in stekleničke vodi do težav pri zobeh, razvoju ust in oralnih struktur.

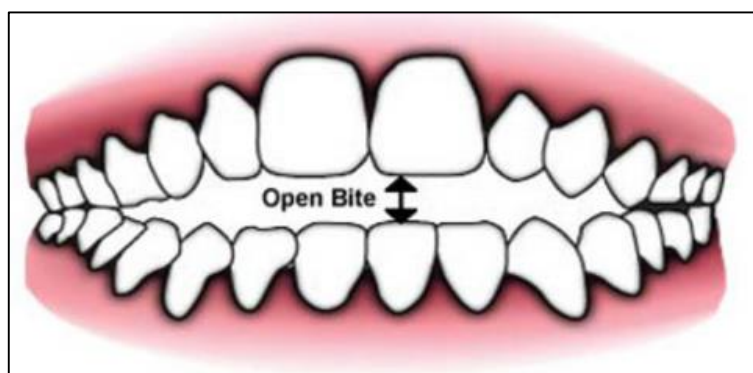
DUDA

Dudo uporablja otrok za nenutritivne namene. Njene pozitivne lastnosti so da daje otroku tolažbo, občutek varnosti in ugodja. Nič hudega ni, če otrok uporablja dudo krajši čas. Duda ima lahko negativen vpliv, v kolikor jo otrok uporablja daljše obdobje. Pri sesanju se namreč jezik pomika navzdol in ne pritiska navzgor proti trdemu nebu, kot je naravna, sproščena lega jezika.



KDAJ ODVADITI OTROKA OD DUDE?

Priporočljivo je, da otroka odvadimo od dudu okoli 18. meseca starosti, saj takrat izzveni potreba po sesanju. Dokazane so povezave med dolgotrajno uporabo dudu pri otroku in malokluzijo zob (odprti ugriz, križni ugriz), pogostimi vnetji srednjega ušesa ter drugimi infekcijami.



VPLIV DUDE NA GOVORNI RAZVOJ OTROKA

Logopedi se srečujemo predvsem s težavami, ki jih imajo otroci zaradi nepravilnega ugriza pri izreki določenih glasov, še posebej sičnikov in šumnikov (interdentalni oz. medzobni sigmatizem). Otrok te glasove izgovarja tako, da jezik poriva naprej, med zobke. Nekateri to imenujejo tudi »sesljanje«. Pri izreki sičnikov in šumnikov moramo namreč imeti zaprte zobe, jezik pa mora biti za zobmi.

V kolikor opazite, da je pri vašem otroku prisotna medzobna izreka, svetujemo, da čimprej obiščete logopeda. Ko se usvoji napačna raba glasov, je korekcija le-teh težavnejša in dolgotrajnejša.

NEKAJ IDEJ, KAKO OTROKA ODVADITI OD DUDE

- **1. KORAK:** Z otrokom se pogovorite, da je že velik in dude ne potrebuje več. Povejte mu, kakšne stvari bo lahko zdaj počel in da dude zdaj potrebujejo dojenčki. Tekom dneva se o tem večkrat pogovarjajte. Vsakič, ko vam pokaže dudo mu povejte, čez koliko dni gre duda stran. To mu povejte tudi naslednji dan. (Npr. Čez dva dni bomo dali dude dojenčkom./Jutri bomo dali dude dojenčkom.) Tako bo otrok dobil občutek, kdaj se bo to zgodilo.
- **2. KORAK:** Ko pride ta dogovorjeni dan, se znebite vseh dud. Že zjutraj, ko se otrok zbudi, ga spomnite, da pride »dobra vila« iskatil dude za dojenčke. Pogovarjate se, kako bodo majhni dojenčki veseli, ker bodo dobili toliko dud. Zamotite otroka in ko ne gleda, dude hitro zamenjajte z novo igračko, ki jo dobi od »dobre vile«, ker je dal dude dojenčkom.
- **3. KORAK:** Zelo verjetno se bo zgodilo, da si bo otrok še vedno želel dudo, čeprav je ni več. Takrat ga skušajte opomniti, kako so se dojenčki razveselili njegovih dud in da ima zdaj novo igračko. Otrok bo sprva pogosto spraševal po dudi, sčasoma pa vedno manj. Še posebej pri odhodu v posteljo se zna zgoditi, da bodo otroci jokali, če ne bodo dobili dude. Najbolj pomembno je, da v tem primeru vztrajamo. Vsak dan bo šlo lažje. Pomembno pa je, da vi kot starši nudite v obdobju odvajanja otroku še več bližine, saj jo potrebuje.

Imejte poslovilno zabavo od dude → naj otrok izbere, kaj boste jedli tisti večer, narišite risbice za slovo od dude, zabavajte se ...

Omejite čas, ko lahko uporablja dudo (npr. samo pred spanjem) → ta čas/te situacije postopoma zmanjšujte.

Nagrada → nagrajujte otroka, če ne uporablja dude (zbiranje nalepk, žetonov ...), pohvalite ga, ko da dudo stran.

Poštar → pošljite dudo stran (odnese jo poštar).

Ne obstaja univerzalni način, kdaj in kako otroka odvrniti od dude. Vsak starš svojega otroka najbolje pozna in ve, kdaj je pravi čas. Uporaba dude ima tako pozitivne kot negativne učinke. Pomembno je le, da uporaba dude ni dolgotrajna in tako ne pusti posledic na govornem razvoju otroka.

Literatura

- Hočevnar-Boltežar, I., Ogrin, M. (2017). *Motnje požiranja – učno gradivo*. (Neobjavljeno delo).
- *Confessions of Parenting*. How to get rid of a pacifier in just 3 days! Pridobljeno s https://confessionsofparenting.com/how-to-lose-a-pacifier-in-just-3-days/?utm_medium=social&utm_source=pinterest&utm_campaign=tailwind_tribes&utm_content=tribes&utm_term=444089708_15281514_325701
- Sexton, S., Natale, R. (2009). *Risk and Benefits of Pacifiers*. *Am Fam Physician*. 79 (8), 681–685.
- IndiaMART. 5. 4. 2020. Pridobljeno s <https://www.indiamart.com/proddetail/apertognathia-open-bite-surgeries-treatment-20765307397.html>
- *Vir slike odprtega ugriza: IndiaMART, 2020*

Pripravila:

Maruša Poklič, logopedinja