

MONDADEMEN – DUIMZUIGEN – VERKEERD SLIKKEN

Je mond gebruik je de hele dag: je eet en drinkt ermee, je praat, zoent, lacht en huilt ermee. Maar soms gebruik je je mond waar hij niet voor bedoeld is: door je mond ademen, duimzuigen of verkeerd slikken. Hier staat iets over de gevolgen daarvan en adviezen om je mond goed te gebruiken.

Mondademen

Door de neus ademen is veel beter dan door de mond ademen, want in de neus wordt de lucht die je inademt verwarmd en gezuiverd. De gevolgen van mondademen kunnen zijn:

- er is meer kans op infecties zoals keel- en oorontsteking, verkoudheid of ontstoken amandelen
- de spieren van lippen, tong en wangen worden slapper
- de tong komt te ver naar voren, waardoor hij tijdens het slikken en het praten teveel tegen de tanden duwt
- je kunt minder goed ruiken

Duimzuigen

Baby's hebben een grote zuigbehoefte: zuigen op duim of vinger geeft hen een veilig gevoel. Wanneer het duim- of vingerzuigen langdurig blijft bestaan, kan dat nadelige gevolgen hebben. Op die manier ontstaat een verkeerde tonghouding: tijdens het zuigen ligt de tong onder in de mond, de tongpunt meestal tegen de onderlip.

Daardoor blijft de mond vaak open staan en wordt er door de mond geademd in plaats van door de neus. Deze foute tongligging kan weer gevolgen hebben:

- het slikken gaat verkeerd, met de tong tussen de tanden
- de uitspraak van bepaalde klanken is niet goed omdat de tong ook bij het praten tussen de tanden komt

Duim- en/of vingerzuigen kan ook invloed hebben op de stand van de tanden en op de vorm van de bovenkaak. Dat heet: "open beet" of "overbeet". Door het duimen kan het gehemelte omhoog geduwd worden. Hierdoor groeit het neustussenschot scheef.

Verkeerd slikken

Als je goed slikt, blijft je tong achter de tanden en zijn de lippen op elkaar. Slik je verkeerd dan kunnen de gevolgen zijn:

- het gebit wordt vervormd: de tanden staan te ver naar voren en/of er ontstaat een opening tussen de boven- en ondertanden. Hierdoor sluiten de lippen soms moeilijker, waardoor de kans op mondademen toeneemt
- de kaak raakt vervormd, waardoor de tanden te weinig ruimte krijgen
- er ontstaat een verkeerde uitspraak, omdat de tong tussen de tanden door komt

Vaak zijn de gevolgen van mondademen, duimzuigen en verkeerd slikken pas merkbaar als het kind wat ouder is. Daarom is het belangrijk om al op jongere leeftijd de problemen vóór te zijn!

Neem contact op met de logopedist, als u nog vragen heeft!

Preventieve Logopedie, Mercurion 36, 6903 PZ Zevenaar
Tel.: 0316-341618, Email: logopedie@wsnsdeliemers.nl