

Masaż miofunkcjonalny jako wsparcie terapii logopedycznej

Materiał informacyjny dla rodziców – „Kącik logopedy”

Dlaczego mięśnie twarzy są tak ważne dla mowy?

Proces mówienia jest złożonym działaniem wielu mięśni twarzy, języka, warg oraz podniebienia. Aby dziecko mogło prawidłowo wymawiać głoski, potrzebna jest odpowiednia siła, napięcie i koordynacja pracy tych mięśni.

Jeżeli mięśnie są zbyt słabe, zbyt napięte lub pracują w nieprawidłowy sposób, może to prowadzić do trudności artykulacyjnych, nieprawidłowego połykania, nadmiernego ślinienia się czy oddychania przez usta.

Jedną z metod wspierających terapię logopedyczną jest masaż miofunkcjonalny, który pomaga poprawić pracę mięśni aparatu artykulacyjnego.

Czym jest masaż miofunkcjonalny?

Masaż miofunkcjonalny to specjalistyczna forma terapii manualnej stosowana w logopedii i neurologopedii. Polega na odpowiednim stymulowaniu mięśni twarzy, warg, policzków oraz okolicy jamy ustnej poprzez delikatny masaż i techniki dotykowe.

Celem masażu jest poprawa napięcia mięśniowego, zwiększenie świadomości pracy mięśni oraz przygotowanie aparatu artykulacyjnego do wykonywania ćwiczeń logopedycznych.

Jak działa masaż miofunkcjonalny?

Podczas masażu stymulowane są receptory czuciowe znajdujące się w skórze oraz w mięśniach. Pobudzenie tych receptorów wpływa na układ nerwowy, który reguluje napięcie mięśniowe oraz koordynację ruchów.

Regularna stymulacja może prowadzić do poprawy pracy mięśni odpowiedzialnych za artykulację oraz funkcje takie jak połykanie, żucie czy oddychanie.



Jak wygląda masaż podczas terapii?

Masaż wykonywany jest przez logopedę lub neurologopedę. Stosowane są delikatne techniki manualne obejmujące m.in.:

- masaż warg
- stymulację policzków
- rozluźnianie mięśni twarzy
- stymulację okolicy wokół ust
- techniki przygotowujące do pracy języka

Zabieg trwa zazwyczaj kilka minut i często stanowi wstęp do właściwych ćwiczeń logopedycznych.

W jakich trudnościach masaż może być pomocny?

- opóźniony rozwój mowy
- obniżone napięcie mięśniowe w obrębie twarzy
- nadmierne napięcie mięśniowe
- trudności z artykulacją głosek
- połykanie niemowlęce
- nadmierne ślinienie się
- trudności w pracy języka i warg

Dlaczego masaż może przyspieszyć terapię?

Masaż miofunkcyjalny przygotowuje mięśnie do pracy, podobnie jak rozgrzewka przed aktywnością fizyczną. Dzięki temu dziecko łatwiej wykonuje ćwiczenia logopedyczne i szybciej uczy się prawidłowych ruchów artykulacyjnych.

Regularna stymulacja mięśni może również zwiększyć świadomość pracy aparatu mowy, co ułatwia utrwalanie prawidłowej artykulacji.

Najczęstsze pytania rodziców

Czy masaż jest bezpieczny?

Masaż wykonywany przez wykwalifikowanego logopedę jest metodą bezpieczną i nieinwazyjną.

Czy dziecko może odczuwać dyskomfort?

Masaż powinien być delikatny i dostosowany do wrażliwości dziecka. Większość dzieci odbiera go jako przyjemną formę stymulacji.

Czy rodzic może wykonywać masaż w domu?

W niektórych przypadkach logopeda może pokazać rodzicom proste techniki stymulacji, które mogą być wykonywane w domu.

Bibliografia (wybrane publikacje)

1. Walencik-Topiłko A. (red.). Neurologopedia. Harmonia Universalis.
2. Pluta-Wojciechowska D. Zaburzenia artykulacji. Teoria i praktyka. Impuls.
3. Kaczmarek L. Nasze dziecko uczy się mowy. UMCS.
4. Michalak-Widera I., Węsierska K. Logopedia. Harmonia.