

**«СПЕЦИФИКА ЛОГОПЕДИЧЕСКОЙ РАБОТЫ
ПО ФОРМИРОВАНИЮ ПРОИЗНОСИТЕЛЬНОЙ СТОРОНЫ РЕЧИ»
С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ
ЛОГОПЕДИЧЕСКОГО МАССАЖА**

Учитель – логопед
Кочеткова Г.В.

ЛОГОПЕДИЧЕСКИЙ МАССАЖ

— ЭТО активный метод механического воздействия, который изменяет состояние мышц, нервов, кровеносных сосудов и тканей периферического речевого аппарата.

Логопедический массаж представляет собой одну из логопедических техник, способствующих нормализации произносительной стороны речи и эмоционального состояния лиц, страдающих речевыми нарушениями.



Показания к применению массажа в логопедической практике



- Логопедический массаж входит в комплексную медико-педагогическую систему реабилитации детей, подростков и взрослых, страдающих речевыми нарушениями.
- Массаж используется в логопедической работе с лицами, у которых диагностированы такие речевые расстройства, как дизартрия, в том числе и ее стертые формы, ринолалия, заикание, а также нарушения голоса. В целом массаж применяется в коррекционной педагогической работе во всех тех случаях, когда имеются нарушения тонуса мышц.



ПОКАЗАНИЯ К ПРИМЕНЕНИЮ МАССАЖА В ЛОГОПЕДИЧЕСКОЙ ПРАКТИКЕ

Массаж применяется в тех случаях, когда имеют место нарушения тонуса артикуляционных мышц. Изменяя состояние мышц периферического речевого аппарата, массаж, в конечном счете, опосредованно способствует улучшению произносительной стороны речи.



- Массаж может проводиться на всех этапах коррекционно-логопедического воздействия, но особенно важно его использование на начальных этапах работы, когда у ребенка еще нет возможности выполнять определенные артикуляционные движения.



Основные цели логопедического массажа

- нормализация мышечного тонуса общей, мимической и артикуляционной мускулатуры;
- уменьшение проявления парезов и параличей мышц артикуляционного аппарата;
- снижение патологических двигательных проявлений мышц речевого аппарата (синкинезии, гиперкинезы, судороги и т.п.);
- стимуляция проприоцептивных ощущений;
- увеличение объема и амплитуды артикуляционных движений;
- активизация тех групп мышц периферического речевого аппарата, у которых имелась недостаточная сократительная активность;
- формирование произвольных, координированных движений органов артикуляции.
- нормализация тонуса мышц артикуляционного аппарата (в более тяжелых случаях — уменьшение степени проявления двигательных дефектов артикуляционной мускулатуры: спастического пареза, гиперкинезов, атаксии, синкинезии);
- активизация тех групп мышц периферического речевого аппарата, в которых была недостаточная сократительная способность (или включение в процесс артикулирования новых групп мышц, до этого бездействующих);
- стимуляция проприоцептивных ощущений;
- подготовка условий к формированию произвольных, координированных движений органов артикуляции;
- уменьшение гиперсаливации;
- укрепление глоточного рефлекса;
- афферентация в речевые зоны коры головного мозга (для стимуляции речевого развития при задержке формирования речи).



Противопоказаниями для проведения массажа

- ❖ герпес на губе,
- ❖ стоматит,
- ❖ инфекционные заболевания (в том числе ОРВИ, грипп), заболевания кожи,
- ❖ конъюнктивит.
- ❖ С большой осторожностью следует применять массаж у детей с эписиндромом (судорогами), особенно, если ребенок плачет, кричит, вырывается из рук, у него «синеет» носогубный «треугольник» или отмечается тремор подбородка.
- ❖ гнойничковые и грибковые заболевания кожи у логопеда или ребенка
- ❖ · гематомы на массируемом участке тела
- ❖ · активная форма туберкулеза
- ❖ · болезни крови и капилляров
- ❖ · тромбоз сосудов
- ❖ · острая крапивница, отек Квинке в анамнезе
- ❖ · онкологические заболевания
- ❖ · инфекционные раны
- ❖ · фурункулез
- ❖ · гиперчувствительность
- ❖ · эпилепсия.
- ❖ · если ребенок недавно перенес ангину, массаж противопоказан после полного выздоровления еще на протяжении 10 дней.
- ❖ · конъюнктивит.



АНАТОМО-ФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ЛОГОПЕДИЧЕСКОГО МАССАЖА

Логопедический массаж выполняется в области мышц периферического речевого аппарата. Особое внимание в процессе логопедического массажа уделяется мышцам периферического речевого аппарата, к которым относятся мышцы языка, губ, щек, мягкого нёба. Мышцы артикуляционного аппарата, мимические мышцы лица, мышцы, обеспечивающие работу голосовых связок и мышцы дыхательного аппарата, представляют собой единую мышечную систему, обеспечивающую речепроизводство. В силу этого, логопедический массаж обязательно должен включать все вышеперечисленные области, даже в тех случаях, когда отмечается поражение мышц лишь на локальном участке

Логопедический массаж выполняется так же в области мышц головы, шеи, а также верхнего плечевого пояса.



В основе физиологического механизма массажа лежат

- сложные взаимообусловленные рефлекторные, нейрогуморальные и обменные процессы, регулируемые центральной нервной системой.
- Механическое раздражение в виде массажа вызывает деформацию нервных окончаний кожи. Энергия массажных манипуляций превращается в энергию нервного возбуждения. Возбуждения рецепторов в форме центrostремительных (афферентных) импульсов передаются по чувствительным путям в центральную нервную систему, а обратная импульсация по эфферентным путям поступает в ткани и мышцы. В результате меняется общая нервная возбудимость, оживляются утраченные или сниженные рефлексы. В целом, формирующиеся ответные реакции способствуют нормализации регулирующей и координирующей функции центральной нервной системы.



Физиологическое действие массажа.

- Лицо человека, в отличие от других частей тела, наиболее богато снабжено нервными окончаниями, кровеносными и лимфатическими сосудами. Это отражается на состоянии мышц лица, с помощью которых передаются тончайшие изменения эмоционального состояния человека. Именно выражение лица в первую очередь отражает настроение и самочувствие человека.
- Кожа лица особенно чувствительна к механическим воздействиям. Благодаря этому существует тончайшая обратная связь между состоянием мышц и нервов лица, возникающим под влиянием массажа, и самочувствием и настроением человека.
- Массаж оказывает благоприятное физиологическое воздействие на организм. Под влиянием массажа в организме возникает ряд местных и общих реакций, в которых принимают участие все ткани, органы и системы.

Поверхность кожи представляет собой огромное чувствительное поле, которое является периферической частью кожного анализатора, а значит, она неразрывно связана с центральной нервной системой. При массаже воздействие оказывается не только на структурные слои кожи, ее сосуды и железистый аппарат, но и на состояние ЦНС. В связи с этим меняется общая нервная возбудимость, оживляются утраченные либо сниженные рефлексы, меняется в целом функциональное состояние ЦНС.



- ▣ **Массаж улучшает** секреторную функцию кожи, активизирует ее лимфатическую систему и кровообращение, а следовательно, улучшает ее питание, повышает обменные процессы.

Массаж оказывает большое влияние на состояние капилляров кожи.

Под влиянием массажа капилляры расширяются, увеличивается газообмен между кровью и тканями (кислородная терапия тканей).

Ритмические массажные движения облегчают продвижение крови по артериям, ускоряют отток венозной крови.

Массаж оказывает рефлекторное воздействие на всю лимфатическую систему, улучшая функцию лимфатических сосудов.

- ▣ **Существенно изменяется под влиянием массажа** состояние мышечной системы. В первую очередь повышаются эластичность мышечных волокон, сила и объем их сократительной функции, работоспособность мышц, восстанавливается их активность после нагрузки.



- Дифференцированное применение различных приемов массажа позволяет понизить тонус при спастичности мышц и, напротив, повысить его при вялых парезах артикуляционной мускулатуры, помогает формированию и осуществлению активных произвольных, координированных движений органов артикуляции. Функция мышц неразрывно связана с сухожильно-связочным аппаратом. Под влиянием массажа увеличивается подвижность и эластичность связочного аппарата.
- Таким образом, логопедический массаж оказывает общее положительное воздействие на организм в целом, вызывает благоприятные изменения в нервной и мышечной системах, играющих основную роль речедвигательном процессе.



- **Массаж оказывает прямое и рефлекторное воздействие на различные системы организма:**

- **На нервную систему:** под влиянием массажа улучшается функциональное состояние проводящих путей, усиливаются различные рефлекторные связи коры головного мозга с мышцами, сосудами и внутренними органами. Глубокое влияние оказывает массаж на периферическую нервную систему, ослабляя или прекращая боли, улучшая проводимость нерва, ускоряя процесс регенерации при его повреждении.

- **На кожу и подкожножировую клетчатку:** кожа очищается от отторгающихся роговых чешуек эпидермиса, а вместе с ними от посторонних частиц (пыль и др.), попавших в поры кожи, и микробов, обычно находящихся на поверхности кожи; улучшается секреторная функция потовых и сальных желез и очищаются их выводные отверстия от секрета; активизируется лимфо- и кровообращение кожи, устраняется влияние венозного застоя, усиливается кровоснабжение кожи и, следовательно, улучшается ее питание, повышается сопротивляемость к механическим и температурным воздействиям, повышается кожно-мышечный тонус, улучшается местный обмен, что оказывает влияние и на общий обмен.

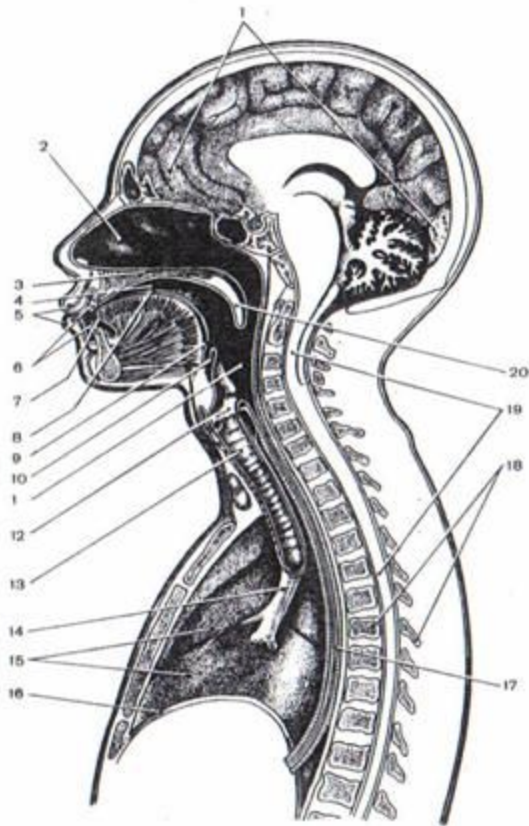
- **На кровеносную и лимфатическую систему.** Массаж вызывает расширение функционирующих капилляров, раскрытие резервных капилляров, благодаря чему создается более обильное орошение кровью не только массируемого участка, но, рефлекторно, и на большом отдалении от него, в результате чего увеличивается газообмен между кровью и тканью и происходит как бы кислородная терапия тканей.



- Под влиянием массажа кожные лимфатические сосуды легко опорожняются и ток лимфы ускоряется. Кроме прямого воздействия на местный лимфоток, массаж оказывает рефлекторное воздействие на всю лимфатическую систему, улучшая тоническую и вазомоторную функцию лимфатических сосудов.
- На мышечную систему: под влиянием массажа повышается эластичность мышечных волокон, их сократительная функция, замедляется мышечная атрофия, а также уменьшается уже развившаяся гипотрофия.
- Дифференцированное применение различных приемов массажа позволяет понизить тонус при спастичности мышц и, напротив, повысить его при вялых парезах артикуляционной мускулатуры, помогает формированию и осуществлению активных произвольных, координированных движений органов артикуляции.
- Связочный аппарат и суставы приобретают большую подвижность.
- На общий обмен веществ: Массаж вызывает многообразные изменения в течении окислительно-восстановительных процессов.
- Применение логопедического массажа позволяет значительно сократить время коррекционной работы, особенно над формированием произносительной стороны речи. Благодаря использованию логопедического массажа, который приводит к постепенной нормализации мышечного тонуса, формирование нормативного произнесения звуков может происходить в ряде случаев спонтанно. В том случае, если обучаемый имеет выраженную неврологическую симптоматику, только использование логопедического массажа, особенно на начальных стадиях коррекционной работы, может обеспечить положительный эффект.



СТРОЕНИЕ РЕЧЕВОГО АППАРАТА



- ❖ 1 – головной мозг;
- ❖ 2- носовая полость;
- ❖ 3 – твердое небо;
- ❖ 4 – ротовая полость;
- ❖ 5 – губы;
- ❖ 6 – резцы;
- ❖ 7 – кончик языка;
- ❖ 8 – спинка языка;
- ❖ 9 – корень языка;
- ❖ 10 – надгортанник;
- ❖ 11 – глотка;
- ❖ 12 – гортань;
- ❖ 13 – трахея;
- ❖ 14 – правый бронх;
- ❖ 15 – правое легкое;
- ❖ 16 – диафрагма;
- ❖ 17 – пищевод;
- ❖ 18 – позвоночник;
- ❖ 19 – спинной мозг;
- ❖ 20 – мягкое небо.



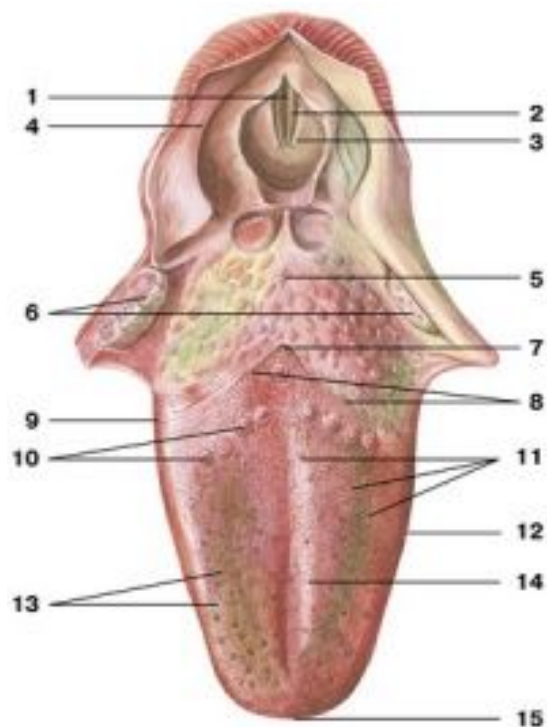
- Полость рта является началом пищеварительного аппарата. Спереди она ограничена губами, сверху — твердым и мягким нёбом, снизу — мышцами, образующими дно полости рта, и языком, а по бокам — щеками. Открывается полость рта поперечной ротовой



- Открывается полость рта поперечной ротовой щелью (ограниченной губами)
- Последние представляют собой мышечные складки, наружная поверхность которых покрыта кожей, а внутренняя выстлана слизистой оболочкой. Посредством зева точнее, перешейка зева ротовая полость сообщается с глоткой.
- Полость рта делится на две части альвеолярными отростками челюстей и зубами. Передненаружная часть называется преддверием рта и представляет собой дугообразную щель между щеками и деснами с зубами. Задневнутренняя, располагающаяся кнутри от альвеолярных отростков, называется собственно полостью рта .
- Спереди и с боков она ограничена зубами, снизу — языком и дном ротовой полости, а сверху — нёбом. Полость рта выстилает слизистая оболочка рта , покрытая многослойным плоским неороговевающим эпителием. В ней содержится большое количество желез. Область слизистой оболочки, крепящаяся вокруг шейки зубов на надкостнице альвеолярных отростков челюстей, называется десной .
- Щеки снаружи покрыты кожей, а изнутри — слизистой оболочкой рта, в которой содержатся протоки щечных желез, и образуются щечной мышцей . Подкожная клетчатка особенно развита в центральной части щеки. Между жевательной и щечной мышцами располагается жировое тело щеки .
-



Язык — подвижный мышечный орган, располагающийся в полости рта и способствующий процессам пережевывания пищи, глотания, сосания и речеобразования. В языке выделяют тело языка, верхушку языка, корень языка и спинку языка. Тело отделяется от корня пограничной бороздкой, состоящей из двух частей, сходящихся под тупым углом, у вершины которого располагается слепое отверстие языка.



□ **Язык:**

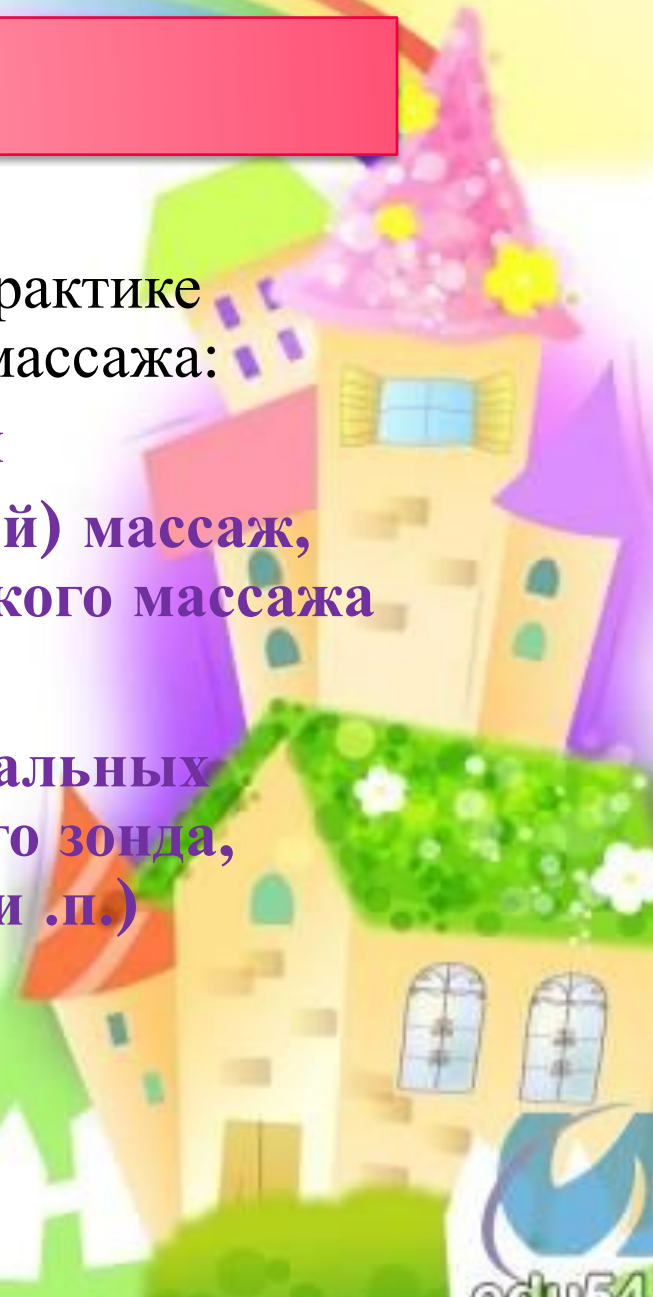
- 1 — голосовая щель;
- 2 — голосовая складка;
- 3 — складка преддверия;
- 4 — черпалонадгортанная складка;
- 5 — корень языка;
- 6 — небные миндалины;
- 7 — слепое отверстие языка;
- 8 — пограничная бороздка;
- 9 — листовидные сосочки;
- 10 — сосочки, окруженные валом;
- 11 — грибовидные сосочки;
- 12 — корпус языка;
- 13 — нитевидные сосочки;
- 14 — спинка языка;
- 15 — верхушка языка



ВИДЫ МАССАЖА

В современной логопедической практике используются несколько видов массажа:

- **Дифференцированный (укрепляющий или расслабляющий) массаж, основанный на приемах классического массажа**
- **точечный массаж**
- **массаж с применением специальных инструментов (логопедического зонда, шпателя, вибромассажера и .п.)**



Условия проведения логопедического массажа

- При помощи логопедического массажа можно добиться поразительных успехов в лечении таких речевых нарушений, как дизартрия, дислалия, алалия, ринолалия, заикание, нарушения голоса.
- Логопедический массаж проводится в чистом, уютном, теплом и хорошо проветренном помещении. В среднем может быть достаточно двух-трех процедур в неделю, проводимых подряд или через день. Обычно массаж проводят циклом по 10–20 процедур. Эти циклы можно повторять с перерывом от двух недель до двух месяцев.
- При выраженных нарушениях тонуса мышц массаж может проводиться в течение года и более. Длительность одной процедуры может варьироваться в зависимости от степени поражения, возраста пациента и т. п. Начальная длительность процедуры обычно составляет 5–7 минут, а конечная — 20–25 минут. Во время массажа ребенок не должен испытывать боли. Однако надо иметь в виду, что массаж языка и мышц полости рта может быть связан с неприятными ощущениями, особенно у детей. В целях психотерапии можно показать выполнение массажа на другом ребенке, уже прошедшем эту процедуру, а также развлечь ребенка яркой игрушкой или занимательной историей. Если ребенок излишне расторможен или негативно настроен, первые процедуры должны быть очень короткими и ограничиваться только поглаживанием языка, губ, верхней и нижней челюстей.
- Как показывает практика, неприятные ощущения быстро проходят, и дети постепенно привыкают к процедуре. В любом случае они должны чувствовать ласковое, доброе отношение со стороны взрослого.



Дифференцированный логопедический массаж

Основные задачи логопедического массажа

- 1. Нормализация тонуса мышц артикуляционного аппарата (в более тяжелых случаях — уменьшение степени проявления двигательных дефектов артикуляционной мускулатуры: спастического пареза, гиперкинезов, атаксии, синкинезий).
- 2. Активизация тех групп мышц периферического речевого аппарата, в которых была недостаточная сократительная способность (или включение в процесс артикулирования новых групп мышц, до этого бездействующих).
- 3. Стимуляция проприоцептивных ощущений.
- 4. Подготовка условий к формированию произвольных, координированных движений органов артикуляции.
- 5. Уменьшение гиперсаливации.
- 6. Укрепление глоточного рефлекса.
- 7. Афферентация в речевые зоны коры головного мозга (для стимуляции речевого развития при задержке формирования речи).



ПРИЕМЫ МАССАЖА

- Выбор приемов массажа зависит от состояния мышечного тонуса, двигательных возможностей и патологической симптоматики.
- При пониженном тонусе речевой мускулатуры используются следующие приемы: поглаживание, растирание, разминание, сильная вибрация, поколачивание.
 - При повышенном тонусе (спастическом состоянии мышц) используется в основном поглаживание и легкая вибрация. Изолированно отдельные приемы в практике массажа обычно не применяются, а используются, как правило, комплексы приемов.



- **Поглаживание.** Это обязательный прием, с которого начинается каждая процедура. Его чередуют с другими приемами и им заканчивают каждый массажный комплекс. Значение приема заключается в следующем: припоглаживании усиливается кровообращение в поверхностно расположенных сосудах, снижается мышечный тонус, регулируется дыхание. В логопедическом массаже применяются в основном три приема поглаживания. Это поверхностное, глубокое обхватывающее и в виде вспомогательного приема граблеобразное поглаживание.
- **Поверхностное поглаживание.** Применяется для снижения тонуса мышц лицевой и артикуляционной мускулатуры. Техника выполнения: кисть (ладонь) как бы ласкающим движением скользит по поверхности кожи, слегка касаясь ее. Контакт руки с кожей должен быть мягким и нежным, массируемый едва ощущает это движение, его выполнение не должно вызывать кожно-сосудистой реакции в виде покраснения кожи. Поверхностное поглаживание необходимо выполнять медленно и ритмично.
- **Глубокое обхватывающее поглаживание.** Оказывает некоторое возбуждающее воздействие на центральную нервную систему. Техника выполнения: ладонь руки плотно и равномерно прилегает к массируемой части лица или шеи и скользит по поверхности в строгом соответствии со всеми их анатомическими контурами. Поглаживающее движение при этом должно быть непрерывным и медленным.
- **Граблеобразное поглаживание.** Прием в основном используется при массаже волосистой части головы. Техника выполнения: при выполнении этого движения пальцы широко разведены. Действие граблеобразного приема тем энергичнее, чем больше угол между производящими поглаживание пальцами и поверхностью массируемой части тела. Прием выполняется подушечками пальцев в продольном, поперечном, зигзагообразном и круговом направлениях. [2,5]



- **Разминание.** Этот прием выполняется так же, как и растирание, в области отдельных мышечных групп. Разминание максимально активизирует работу мышц. Оно состоит в захватывании, сдвигании, оттягивании, сдавливании, сжимании, пощипывании и перетирании тканей. При разминании в наибольшей степени повышается тонус мышц, усиливается их сократительная функция. Этот прием является фактически пассивной гимнастикой для мышц, поэтому он применяется при функциональной недостаточности мышц и сниженном их тонусе. Техника выполнения: разминание выполняется подушечкой большого пальца, или большого и указательного, или большого и всех остальных пальцев. При сжимании и перетирании мышцы сдавливаются между подушечками большого и других пальцев. Перетирающие движения пальцев осуществляются в различных направлениях: продольно, поперечно, полукругло и спиралевидно. Щипцеобразный прием разминания заключается в том, что массируемые ткани глубоко захватываются, слегка оттягиваются кверху и пропускаются между пальцами. При пощипывании ткань захватывают поверхностно между большим и указательным пальцами и осуществляют пощипывающие движения.



- **Вибрация и поколачивание.** Вибрация изменяет внутритканевый обмен, улучшает трофику тканей. Сильная, жесткая вибрация повышает тонус мышц, а легкая, слабая - снижает их тонус. Поколачивание применяется на лице, особенно в местах выхода нервов, а также там, где мало жировой клетчатки (лоб, скуловые кости, нижняя челюсть). Техника выполнения: прием вибрации осуществляется одним, двумя или всеми пальцами, при этом тканям придаются колебательные движения различной частоты и амплитуды. Поколачивание, или пунктирование, производится кончиками указательного и среднего пальцев, движение выглядит как интенсивное постукивание. Движения осуществляются одной рукой, двумя руками одновременно или попеременно.
- **Плотное нажатие.** Как правило, этот прием, улучшающий кровообращение, лимфообращение, обменные процессы, используется в местах выхода пучков нервных окончаний. Это так называемые биологически активные точки. Плотным нажатием этих мест заканчивается, как правило, любое поглаживание.



- **Растирание.** Этот прием проводится, как правило, на малых, ограниченных участках, в области отдельных мышечных групп. Выполняется с применением определенной силы давления на массируемую область, что вызывает смещение и некоторое растяжение массируемых тканей. При этом значительно усиливается кровообращение, улучшаются обменные процессы в тканях, повышается тонус мышц. Техника выполнения: растирание может выполняться подушечками указательного и среднего пальцев или одним большим пальцем, ребром ладони или всей ладонной поверхностью, а также тыльной поверхностью согнутых в кулак пальцев. Движение осуществляется в прямом и спиралевидном направлениях.



РАССЛАБЛЯЮЩИЙ МАССАЖ



РАССЛАБЛЯЮЩИЙ МАССАЖ АРТИКУЛЯЦИОННОЙ МУСКУЛАТУРЫ

- Применяют в случае повышения мышечного тонуса в речевых мышцах
(в лицевой , губной и язычной мускулатуре)
- Важен выбор позы для занятий с ребенком.
- Ребенку придают положения , в которых патологические тонические рефлекссы проявлялись бы минимально или не проявлялись вовсе.



РАССЛАБЛЕНИЕ МЫШЦ ШЕИ

- Перед началом расслабляющего массажа артикуляционной мускулатуры, особенно в случае значительного тонуса верхнего плечевого пояса и шеи, необходимо добиться расслабления этих мышц.
- Положение ребенка на спине или полусидя
 - а) одной рукой логопед поддерживает шею ребенка сзади, другой производит круговые движения головой сначала по часовой, затем против часовой стрелки;
 - б) медленными, плавными движениями логопед поворачивает голову ребенка в одну и в другую сторону, покачивает вперед (3-5 раз).
- Расслабление шейной мускулатуры вызывает некоторое расслабление корня языка.

- Расслабление оральной мускулатуры достигается легким поглаживанием, похлопыванием мышц лица, губ, шеи, языка. Движения проводятся двумя руками в направлении от периферии к центру. Движения должны быть легкими, скользящими, слегка прижимающими, но не растягивающими кожу. Каждое движение повторяется 5-8 раз.
- а) одной рукой логопед поддерживает шею ребенка сзади, другой производит круговые движения головой сначала по часовой, затем против часовой стрелки;
- б) медленными, плавными движениями логопед поворачивает голову ребенка в одну и в другую сторону, покачивает вперед (3-5 раз).



РАССЛАБЛЕНИЕ ЛИЦЕВОЙ МУСКУЛАТУРЫ

- 1) поглаживание от середины лба к вискам;
- 2) поглаживание от бровей к волосистой части головы;
- 3) поглаживание от линии лба вокруг глаз;
- 4) поглаживание бровей от переносицы в стороны до края волос, продолжая линию бровей;
- 5) поглаживание от линии лба вниз через все лицо по щекам, подбородку и шее;
- 6) поглаживание от нижнего края ушной раковины (от мочек уха) по щекам к крыльям носа;
- 7) легкие пощипывающие движения по краю нижней челюсти;
- 8) надавливающий массаж лица от корней волос вниз.



РАССЛАБЛЕНИЕ ГУБНОЙ МУСКУЛАТУРЫ:

- 1) поглаживание верхней губы от углов рта к центру;
- 2) поглаживание нижней губы от углов рта к центру;
- 3) поглаживание верхней губы (движение сверху вниз);
- 4) поглаживание нижней губы (движение снизу вверх);
- 5) поглаживание носогубных складок от крыльев носа к углам губ;
- 6) точечный массаж губ (легкие вращательные движения по часовой стрелке);
- 7) легкое постукивание губ пальцами.
- При асимметрии лицевой мускулатуры артикуляционный массаж проводят с гиперкоррекцией пораженной стороны, т.е. на ней осуществляется большее число массажных движений.



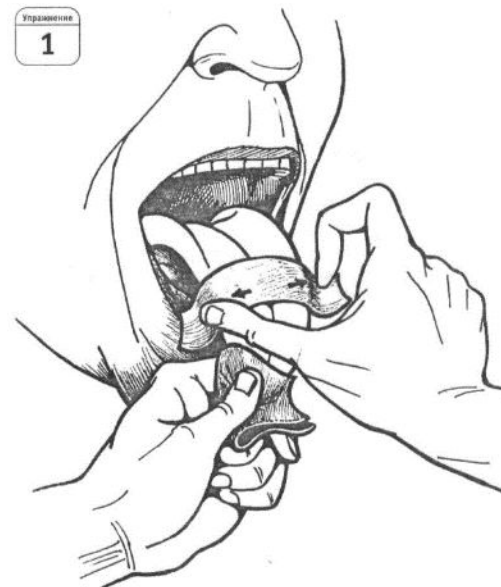
МАССАЖ В ОБЛАСТИ ЩЕК И ПОДБОРОДКА РАССЛАБЛЯЮЩИЙ

- Указательные пальцы обеих рук располагаются под нижней губой, а остальные — под подбородком. Пальцы скользят от середины подбородка к височным впадинам, с фиксацией пальцев в углублениях у козелка и мочки уха. (Большие пальцы в движении не участвуют).
- Указательные пальцы обеих рук располагаются над верхней губой,
- средние — под нижней, а остальные — под подбородком. Движение осуществляется от середины губ к височным впадинам с фиксацией пальцев в углублениях у козелка и мочки уха.
- Движение всеми пальцами (кроме большого) начинается от спинки
- носа, проходит через скуловую дугу к ушным раковинам с фиксацией пальцев в углублениях у козелка и мочки уха. Движение осуществляется тремя пальцами (указательный, средний, безымянный) обеих рук от средней линии лба вниз через височные впадины к середине подбородка.
- Движение осуществляется тремя пальцами (указательный, средний, безымянный) обеих рук. Движение начинается от середины подбородка в стороны к углам губ, а затем вверх по носогубным складкам, боковым поверхностям носа через переносицу к середине лба и по лбу к височным впадинам, а затем вниз через щеки к середине подбородка.
- Легкое потряхивание щек осуществляется пальцами обеих рук. Массажные движения 1, 2, 3 могут проводиться с использованием приема легкой вибрации.



МАССАЖ ЯЗЫЧНОЙ МУСКУЛАТУРЫ

- При спастичности языка производят расслабляющий массаж
- Спастичность язычной мускулатуры отмечается значительно чаще, чем гипотония языка. При гипотонии приемы массажа более активные, интенсивные, чем при спастичности.
- При спастичности языка для снижения тонуса язычной мускулатуры перед массажем можно подержать во рту (2-3 раза) теплый настой трав (1 ч. л. крапивы, 1 ч. л. зверобоя, 1 ч. л. ромашки, 1 ч. л. чая на 0,5 л кипятка).



СТИМУЛИРУЮЩИЙ МАССАЖ



СТИМУЛИРУЮЩИЙ МАССАЖ АРТИКУЛЯЦИОННОЙ МУСКУЛАТУРЫ

- Стимулирующий массаж артикуляционной мускулатуры осуществляется при гипотонии мышц (с целью укрепления мышечного тонуса). Массажные движения проводятся от центра к периферии. Укрепление лицевой мускулатуры осуществляется путем поглаживания, растирания, разминания, пощипывания, вибрации. После 4-5 легких движений сила их нарастает. Они становятся надавливающими, но не болезненными. Движения повторяются 8-10 раз.



УКРЕПЛЕНИЕ ЛИЦЕВОЙ МУСКУЛАТУРЫ:



- 1) поглаживание лба от середины к вискам;
- 2) поглаживание лба от бровей к волосам;
- 3) поглаживание бровей;
- 4) поглаживание по векам от внутренних к внешним углам глаз и в стороны;
- 5) поглаживание щек от носа к ушам и от подбородка к ушам;
- 6) сжимание подбородка ритмичными движениями;
- 7) разминание скуловой и щечной мышц (спиралевидные движения по скуловой и щечной мышцам);
- 8) перетирание щечной мышцы (указательный палец во рту, остальные снаружи);
- 9) пощипывание щек.



УКРЕПЛЕНИЕ ГУБНОЙ МУСКУЛАТУРЫ

- 1) поглаживание от середины верхней губы к углам;
 - 2) поглаживание от середины нижней губы к углам;
 - 3) поглаживание носогубных складок от углов губ к крыльям носа;
 - 4) пощипывание губ;
 - 5) покалывание губ.
- Одним из приемов укрепляющего массажа является вибрация. Вибрацию можно производить ручным методом и при помощи механического прибора — вибратора. Передача тканям мелких, быстрых, чередующихся колебательных движений вызывает сильное сокращение мышц и придает им большую упругость, улучшает трофику тканей. Массаж продолжается 2-4 минуты (вибрация противопоказана детям с эписиндромом (судорогами)).



МАССАЖ В ОБЛАСТИ ЩЕК И ПОДБОРОДКА СТИМУЛИРУЮЩИЙ



- Круговое растирание в области щек проводится тыльной поверхностью концевой и средней фаланг четырех пальцев в направлении от края нижней челюсти к краю скуловой кости (рис. 47 а). То же движение можно осуществлять и подушечками 2 — 4-го пальцев. Аналогичным образом круговое растирание осуществляется от середины подбородка вверх к носу (рис. 48).
- В области жевательной мышцы производят разминание спиралевидными движениями и круговое растирание.
- Тыльной поверхностью средних фаланг, сжатых в кулак, производят потряхивание щек как в продольном, так и в поперечном направлении.
- Массажные движения 1 — 4 проводятся с использованием приема растирания спиралевидными движениями.
- Захватывают в складку кожу щек между большим и указательным пальцами, легко сдавливают и отпускают, движение пощипывания.
- Захватив кожу щек вместе с подкожными мышцами между большим и указательным пальцами, производят разминание в продольном,
 - поперечном, круговом направлениях.
- Поколачивание подушечками пальцев (кроме большого) производится непрерывно обеими руками по массажным линиям.
- Для активизации мышц дополнительно к основным приемам массажа можно использовать массажер с функцией вибрации. Движения с использованием массажера осуществляются в тех же направлениях. В качестве дополнительных средств воздействия можно также использовать шпатели с ребристой поверхностью (или ручку зубной щетки с рифленой поверхностью). Ими осуществляются постукивания в области щек или движения с небольшим нажимом в направлении от уха к углу рта.



Массаж языка можно осуществлять различными способами:

- 1) зондовый массаж (используются зонды Е. В. Новиковой или постановочные зонды Рау);
- 2) пальцевый массаж (в напальчнике или через марлевую салфетку);
- 3) массаж деревянным или металлическим шпателем;
- 4) массаж зубными щетками (различными по материалу, форме, жесткости щетины, размеру). При массаже используются как щетина, так и палочка щетки.
 - Перед началом массажа языка нужно выяснить степень и границу глоточного (рвотного) рефлекса. В случае его повышения во время каждого последующего массажа необходимо понемногу заходить за границу глоточного рефлекса. Массаж языка не следует проводить после кормления ребенка.
- Во время массажа языка рот ребенка открыт. Логопед сначала делает массаж в полости рта, затем вне полости рта (попросив высунуть язык) и, наконец, удерживая язык марлевой салфеткой.

МАССАЖ МЫШЦ ЯЗЫКА



- Нарушение мышечного тонуса всегда в большей степени выражено в мышцах языка. Повышенный тонус мышц языка отмечается значительно чаще, чем пониженный. Возможны случаи и неравномерного распределения мышечного тонуса в мышцах языка; например, тонус может быть понижен лишь в изолированной группе мышц (одной половины языка, корня, кончика и т.п.).
- Массаж язычных мышц, имеющих сложное строение, производящих тонкие, точные движения в процессе артикуляции, является наиболее сложной процедурой. Кроме того, выполнение массажных движений на языке, как правило, вызывает неприятные ощущения у массируемого. Следует учитывать и тот факт, что язык достаточно интимная часть тела человека. Массаж мышц языка требует от логопеда предельной точности движений, аккуратности и определенной корректности.
- При выполнении массажа должны быть учтены следующие методические указания:
- 1. дифференцированный массаж мышц языка проводится либо в резиновых перчатках, либо через марлевую салфетку, либо через стерильный батистовый носовой платок;
- 2. при массаже языка могут использоваться различные приспособления: зонды, шпатели, зубные щетки и т.п.;
- 3. массаж, как правило (но необязательно), проводится при положении языка вне полости рта. Для этого логопед подтягивает язык вперед следующим образом: захватывает кончик языка (через носовой платок или марлевую салфетку) так, чтобы большой палец находился сверху, указательный и средний — снизу, и слегка подтягивает его вперед. Захват языка осуществляется левой рукой, а массажные движения — правой;
- 4. массажные движения должны проводиться в трех направлениях, соответственно расположению мышц языка: горизонтальном, поперечном и вертикальном;
- 5. если имеется отклонение языка в сторону при высовывании его вперед, то массажные движения следует выполнять в большей степени на той стороне, в которую язык отклоняется.



РАССЛАБЛЯЮЩИЙ МАССАЖ. МЫШЦ ЯЗЫКА

- Наиболее сложным является расслабляющий массаж языка. При повышенном тоне языка трудно удержать вне полости рта, нёбноглоточный (рвотный) рефлекс также может затруднять проведение массажа. В связи с этим при проведении расслабляющего массажа языка необходимо строго выполнять ряд правил:
- 1. расслабление мышц языка проводить только после расслабления других мышц, особенно мышц шеи, плечевого пояса и мышц, обеспечивающих движение нижней челюсти, поскольку эти мышцы тесно связаны с мышцами языка, особенно его корня;
- 2. движения в расслабляющем массаже в основном направлены от кончика к корню языка;
- 3. перед началом массажа устанавливается «граница» нёбно-глоточного рефлекса. Для этого надо постепенно прикасаться к поверхности языка шпателем, двигаясь по средней линии от самого кончика по направлению к корневой части языка. Место, которое связано с появлением рвотного рефлекса, считается «границей» рвотного рефлекса. При повышенном тоне «граница» рвотного рефлекса может приближаться к средней части языка, а в тяжелых случаях даже к его кончику. В этих случаях массаж следует выполнять крайне осторожно, постепенно заходя за «границу» рвотного рефлекса;
- 4. при выраженной спастичности мышц языка можно перед началом массажа подержать во рту, меняя 2 — 3 раза, теплый настой трав либо сами травы, слегка отжатые и завернутые в марлю (настой готовится следующим образом: 1 ч.л. зверобоя, 1 ч.л. ромашки, 1 ч.л. чая залить 0,5 л кипящей воды, настоять 15 мин, остудить до температуры 40 — 50 °С. Можно добавить немного меда, если у ребенка на него нет аллергии);
- 5. если ввиду выраженной спастичности мышц, особенно корня языка, не удастся удержать язык вне полости рта, массаж языка начинают внутри полости рта. Постепенно, по мере нормализации тонуса мышц, язык выводится в положение вне полости рта;



РАССЛАБЛЯЮЩИЙ МАССАЖ. МЫШЦ ЯЗЫКА

- 1. Указательным пальцем правой руки производят поглаживающие движения с одной стороны, затем с другой стороны языка, от кончика к корню языка и обратно. Производят поглаживающие движения большим и указательным пальцами из стороны в сторону (от боковой части языка до средней линии и обратно), постепенно продвигаясь от кончика к корню. Движения выполняются сначала на одной половине языка, а затем на другой.
- 2. Большой и указательный пальцы находятся на боковых поверхностях языка — справа и слева. Поглаживают боковые поверхности языка от кончика к корню.
- 3. Производят легкое разминание мышц в горизонтальном направлении. Большой палец правой руки находится сверху, средний и указательный — снизу языка. Осуществляются перетирающие движения с постепенным продвижением от кончика языка к корню и обратно, сначала с одной стороны языка, а затем с другой. Движения очень легкие без нажима. При том же положении пальцев легко, без надавливания производят круговые растирающие движения.
- 5. Захватив кончик языка правой рукой, производят легкое потряхивание.
- 6. Делают легкое похлопывание языка и легкие ритмичные надавливания шпателем (деревянным или пластмассовым).
- 7. После расслабляющего массажа можно сделать упражнения пассивной гимнастики, направленные на растяжение и расслабление мышц корня языка.
- 8. Большой палец находится сверху, средний и указательный — снизу языка, в его средней части, повернуть язык вправо и слегка потянуть его, как бы слегка подтягивая снаружи корневую часть языка. Затем аналогичное движение в левую сторону.
- 9. Подтянуть язык вперед, как бы слегка «накручивая» его на указательный палец, а затем осторожно совершить обратное движение. Выполняется медленно, с небольшой амплитудой.



СТИМУЛИРУЮЩИЙ МАССАЖ МЫШЦ ЯЗЫКА

- При выполнении активизирующего (укрепляющего) массажа следует обратить внимание на следующие моменты:
- 1. движения при укрепляющем массаже активные, интенсивные и направлены в основном от корня языка к кончику;
- 2. в основном используются приемы разминания и перетирания;
- 3. как правило, при сниженном тоне мышц языка снижен также и рвотный рефлекс, поэтому массажные движения в этом случае могут быть достаточно активными даже в области корня языка;
- 4. если снижение мышечного тонуса наблюдается только в какой-либо части языка (например, только на одной половине языка), массажные движения выполняются в основном на пораженной стороне;
- 5. при сниженном тоне мышц, как правило, наблюдается гиперсаливация (повышенное слюноотделение), поэтому перед выполнением массажа и в его процессе логопед предлагает ребенку проглотить слюну.

Активизирующий массаж может включать в себя следующие движения.

1. Перетирание в горизонтальном направлении. Большой палец сверху, средний и указательный снизу. Перетирание мышц языка от корня к кончику с одной стороны языка, затем с другой.
2. Положение пальцев то же. Перетирание мышц языка спиралевидными движениями, сила давления постепенно увеличивается. Движение направлено от корня к кончику языка с одной его стороны, затем с другой.
3. Положение пальцев то же. Перетирание мышц языка в поперечном направлении с одной стороны языка, затем с другой.
4. Большой и указательный пальцы находятся на боковых поверхностях языка. Сжать язык с боковых поверхностей. Удерживать язык в сжатом положении 1 — 2 с, несколько переместить пальцы и повторить движение.
5. Положение пальцев то же. Правой рукой сжать язык с боковых поверхностей, и большим и указательным пальцами осуществлять перетирающие движения, постепенно передвигаясь от корня к кончику языка.
6. Большим и указательным пальцами осуществлять пощипывающие движения по краю языка.
7. Похлопывание мышц языка шпателем (или рифленой поверхностью ручки, зубной щетки).
8. Производить вибрацию языка с помощью деревянного шпателя, который накладывается на кончик языка в течение 10—15 с. На нижние зубы ребенка, чтобы не поранить ими слизистую нижней поверхности языка, можно положить марлевый валик.



Искусственная локальная контрастотермия



- Метод искусственной локальной контрастотермии применяется для уменьшения спастичности мышц артикуляционного аппарата, гиперкинезов язычной и мимической мускулатуры, а также при артикуляционной апраксии. Этот метод заключается в контрастотермальном воздействии низкотемпературных (криомассаж) и высокотемпературных (термомассаж) агентов. В качестве низкотемпературных агентов выступают ледяная крошка или очень холодная вода, а высокотемпературных — горячая вода или настой трав.



- Гипотермию (криомассаж) и гипертермию (тепло-массаж) можно применять поочередно или избирательно. Существуют различные варианты их применения:
- — только гипотермия (криомассаж);
- — только гипертермия (тепломассаж);
- — гипотермия, затем гипертермия;
- — попеременное использование крио- и теплоаппликаций.



- Искусственная локальная гипотермия осуществляется следующим образом: ледяную крошку в марле накладывают поочередно на мышцы артикуляционного аппарата (круговую мышцу рта, большую скуловую мышцу, подбородок в области подчелюстной ямки, язычную мускулатуру). При ИЛГ на мышцы языка логопед удерживает язык марлевой салфеткой (обязательно воздействуя на корень, спинку, кончик, боковые края языка).
- Продолжительность экспозиции ледяной аппликации во время одного сеанса от 2 до 7 минут (время экспозиции увеличиваем постепенно). Одновременное наложение льда на одну из заинтересованных зон криовоздействия — от 5 до 20 секунд. Курс лечения составляет 15-20 сеансов, проводимых ежедневно.
- Аналогично проводится гипертермия (тепломассаж артикуляционной мускулатуры). При этом можно использовать теплоэлектромассажер.
- Для активизации центральных отделов речедвигательного анализатора и для речевой афферентации контрастотермальное воздействие можно применять не только на артикуляционную мускулатуру, но и на мышцы верхних конечностей (особенно кисти правой руки).



ИСТОЧНИКИ

- Приходько О. Г. Логопедический массаж при коррекции дизартрических нарушений речи у детей раннего и дошкольного возраста. Спб.: Каро, 2008.
- Логопедический массаж , Автор: Дьякова Е. А.
- Логопедический массаж при дизартрии, Автор: Архипова Е.Ф.
- Новикова Е.В., Зондовый массаж.

