

Masaż logopedyczny według dr Elżbiety Stecko:

Masaż wnętrza jamy ustnej (trwa od 3 do 5 minut) wykonujemy przed każdym posiłkiem a masaż zewnętrzny możemy dołączyć przed kąpielą.

1. Masaż języka zaczynamy od czubka posuwając się w kierunku gardła. Wykonujemy małe kółeczka. (Masujemy max do 3-krotnego wystąpienia odruchu zwracania). Masujemy przestrzeń podjęzykową powodując unoszenie się języka ku górze.
2. Masaż podniebienia kółeczkami również do 3-krotnego odruchu zwracania .
3. Dziaśła masujemy w przeciwnym kierunku do wyrastania zębów.
4. Masujemy wargi podpierając brodę kciukami. Palce wskazujące rozciągają i ściągają wargi. Potem je obszczypujemy i układamy jak do cmokania.
5. Uciskamy punkty wg Moralesa- kciuk układamy pod brodą, trzeba palcami uciskamy nad górną wargą a następnie pod dolną wargą.

Po masażu dajemy dziecku możliwość do wykonania pionowych ruchów językiem np. przyklejamy mały opłatek do podniebienia.

Masaż zewnętrzny.

1. Wykonujemy kółeczka od czoła w kierunku skroni. Masujemy policzki pod oczami w kierunku skroni wykonując kółeczka w kształcie pętelek do stawów żuchwowych.
2. Masujemy pod nosem w kierunku stawów żuchwowych lekko uciskając stawy żuchwowe na koniec.
3. Brodę masujemy kółeczkami w kierunku stawów żuchwowych. Kości żuchwy rozciągamy w kierunku uszu.
4. Trzykrotnie wykonujemy łożki od kątek oczu spadające w kierunku brody.
5. Masujemy wargi podpierając brodę kciukami. Palce wskazujące rozciągają i ściągają wargi. Potem je obszczypujemy i układamy jak do cmokania.
6. Uciskamy punkty wg Moralesa.
7. Masujemy trzykrotnie płatki uszu od góry do dołu. Potem pociągamy do góry, w bok i na dół.

Masażu absolutnie nie wykonujemy na siłę! Nasze ruchy powinny sprawiać dziecku przyjemność, lub przynajmniej nie wywoływać nieprzyjemnych doznań.