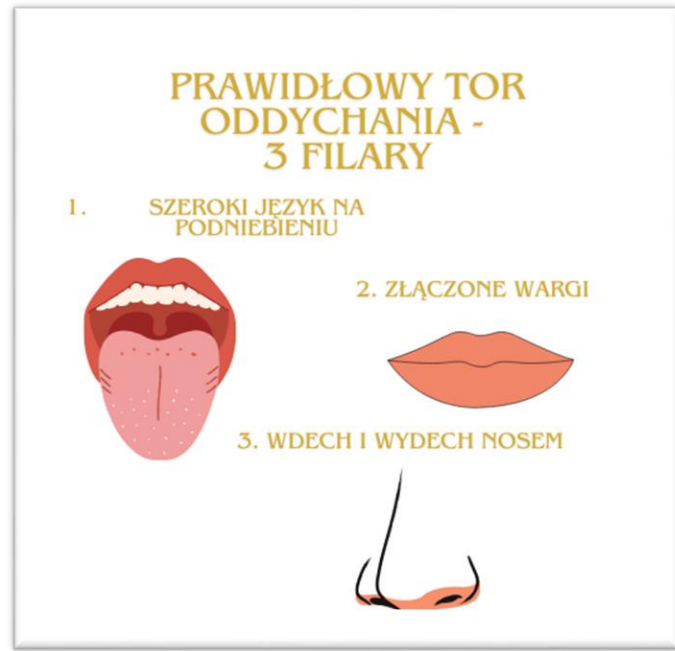


*Jak powinno oddychać dziecko?*

Prawidłowe fizjologiczne oddychanie powinno odbywać się przez nos przy zamkniętych ustach.

*Dlaczego prawidłowe oddychanie jest istotne dla rozwoju mowy dziecka?*

Nieprawidłowe oddychanie, czyli oddychanie przez usta zaburza symetrię i proporcje twarzy. Często w następstwie obserwuje się zwężenie górnego łuku zębowego oraz podatność na występowanie próchnicy. Długotrwały nawyk oddychania przez usta obniża napięcie mięśniowe warg. Przy otwartych ustach język płasko leży na dnie jamy ustnej, co w konsekwencji przyczynia się do powstawania wad artykulacyjnych i zaburzeń rozwoju mowy.



*Jakie są główne przyczyny nieprawidłowego oddychania?*

Przyczyn takiego zjawiska może być wiele. Należą do nich głównie nieprawidłowości w obszarze jamy nosowo-gardłowej takie jak krótkie wędzidełko podjęzykowe, wady zgryzu, krzywa przegroda nosowa, osłabione napięcie mięśni warg, przewlekłe stany zapalne jamy nosowo-gardłowej, przerośnięte migdałki podniebienne czy przerośnięty migdałek gardłowy.