

«Нужна ли малышу соска?»

Сосательный рефлекс, удовлетворяемый через тактильный контакт губ, языка и гортани с пустышкой, является врожденным и очень важен для младенца. У искусственно вскармливаемых детей потребность в пустышке значительно выше, поскольку из-за слабой нагрузки на жевательные мышцы при кормлении сосательный рефлекс у них не удовлетворен.

Нервозность и возбудимость ребенка во многом зависит от этой неудовлетворенной потребности, и отнимать у него пустышку насильно – значит подвергать его в состояние стресса. Вот почему для подобных случаев очень важно подбирать пустышку правильной формы и размера, которая способствует дополнительной тренировке челюстных мышц, массажу нёба и полости рта между приемами пищи.

Что же лучше для ребенка – сосать пустышку или пальчик? Ответ прост и очевиден: пустышка лучше, поскольку после 2-х лет от нее легче отучить. Но новорожденный с 6 до 12 недель уже умеет целенаправленно двигать ручками, и путь пальчика в рот недалек. Поэтому, прежде чем он начнет удовлетворять сосательный рефлекс таким способом, лучше своевременно подобрать правильную пустышку. Ведь от привычки сосать именно ее ребенка можно отучить до 3 лет. Привычка же сосать палец иногда длится до школьного возраста, что непременно ведет к формированию серьезных челюстно-лицевых деформаций.

Каковы же правила использования пустышки?

1. Пустышка должна быть чистой. Новую пустышку обязательно вымойте с мылом. Для дезинфекции можно иногда замачивать ее на несколько минут в растворе столового уксуса пополам с водой. Затем пустышку тщательно вымыть, высушить и положить на хранение в специальную коробочку.
2. Используйте правильные пустышки и имейте несколько одинаковых в запасе: дети обычно привыкают к одному типу и отказываются от других.
3. Никогда не облизывайте пустышку перед тем как дать ее ребенку.
4. С осторожностью используйте приспособления для крепления пустышки к одежде. Никогда не используйте длинные шнурки – они могут задушить ребенка.
5. Если во время сна ребенок потерял пустышку и не плачет, не вставляйте ее обратно в рот.
6. Пробуйте использовать другие способы успокоения ребенка. Не используйте соску как палочку-выручалочку. Иногда изменение положения, укачивание – это всё, что требуется ребенку.

Итак, если в 1-й год жизни сосание является естественной потребностью, то после 2-х лет оно уже характеризуется как психическая дисфункция, которой надо уделить особое внимание.

Естественная смена детских привычек происходит поэтапно, но иногда из-за недостатка (либо избытка) внимания к ребенку этот процесс может нарушиться. В подобных случаях сосательный рефлекс закрепляется, как защитная реакция, и впоследствии может привести к развитию таких детских неврозов, как заикание или даже ночное недержание мочи.

Привычка сосания, сохранившаяся к 2-летнему возрасту, неизбежно ведет к деформации зубных дуг. При этом время критического воздействия посторонних предметов (пустышки, пальца, уголка одеяла) на формирования прикуса составляет около 6 ч в день.

Вредные детские привычки, мешающие естественному физиологическому развитию, весьма разнообразны. К ним, помимо сосания пальцев и пустышек, относятся закусывание губ и языка, подсасывание губы или щеки, дыхание ртом и инфантильное глотание. Последнее часто возникает именно в результате длительного пристрастия к пустышке. Отвыкнуть от этих привычек сам ребенок зачастую не может, поскольку они имеют биохимические причины, и не редко таким детям требуется помощь психотерапевта.

Отвыкание от вредной привычки сосания

Отучить ребенка от сосания пустышки в 2 года вполне реально. Для этого необходимы: доброжелательное внимание и помощь со стороны родителей. Но неправильно было бы просто отобрать у малыша соску или запретить сосать палец.

На первых порах ему потребуется психологическая замена отсутствующим предметам. Для этого можно использовать специальные вестибулярные пластины. Пластина успешно заменяет ребенку пустышку и предотвращает деформацию верхнего зубного ряда.

Сосание пустышки - важный ритуал для малыша. Если отказ от соски не произошел так быстро, как вы ожидали, не стоит расстраиваться! Каждый ребенок индивидуален, возможно, вам потребуется чуть больше сил и времени. У вас точно всё получится!

Литература:

1. Чапала В.М. «Соски и пустышки: правильный выбор», журнал «Логопед» № 2, 2007 г
2. <https://nutrilak.com/article/kak-otuchit-rebenka-ot-pustyshki/?ysclid=m4a979va7c754953089>

