

Kontakt

Pædagogisk Psykologisk Rådgivning
Centrumpladsen 7, 2
5700 Svendborg
Tlf.: 62 23 45 45

Leder for logopæd- og DSA-området i PPR
Dina Rosenkjær
Mobil: +45 30 10 71 43
Email: dina.rosenkjaer@svendborg.dk

Lad dit barn bruge sut med fornuft



Svendborg
Kommune

Børn fødes med en stærk sutte-refleks, og en sut kan hjælpe med at dække dette behov og giver barnet ro og tryghed.

Nogle børn er meget glade for at bruge sut og vil helst bruge den både nat og dag.

Suttebid

Hvis dit barn bruger sut efter 3-års alderen, er der risiko for, at han/hun udvikler suttebid. Suttebid er en fællesbetegnelse for, at sutten (eller tommelfingeren) har ændret barnets tandstilling og forårsaget et overbid, et krydsbid eller et åbent bid. Ganen, kæben og tænderne har simpelthen taget form efter sutten.

Et suttebid har konsekvenser for dit barns udseende, da knoglerne i ganen kan blive forandret på grund af det undertryk der dannes, når barnet sutter. Suttebidet kan betyde, at dit barn får brug for tandregulering, da kæbeleddet, tyggeeviden og bideevnen kan blive påvirket af den ændrede tandstilling. Derfor anbefaler tandlægerne, at brugen af sut be-

grænses, når barnet er 1 ½ år. Et vågent og glad barn har ikke behov for at have en sut i munden.

Sutten er dog at foretrække fremfor tommelfingeren af flere årsager. Dels er tommelfingeren altid tilgængelig for barnet, så det er svært at bryde denne suttevaner, og dels vil sutten på tommelfinger få større konsekvenser for barnets ganeparti, da trykket fra en tommelfinger er stærkere end trykket fra en sut. Derfor risikerer barnet at få overbid, som kræver tandregulering.

Fejlartikulation

Vedvarende brug af sut kan også medføre talefejl hos dit barn.

Når vi taler, bruger vi tungen, læberne, kæben og kinderne til at forme lydene med. Hvis dit barn ofte har en sut i munden, mens han/hun taler, så bliver det umuligt for barnet at lukke læberne ordentligt sammen. Når sutten er i munden, bliver tungen holdt i den samme stilling og kan dermed ikke bevæge sig frit og det bliver svært at artikulere de forskellige lyde, hvor tungespidsen skal placeres forskellige steder i ganen. Et barn, som taler med en sut i munden, erstatter derfor de korrekte lyde med andre lyde, og resultatet er, at barnet udtaler mange ord forkert eller læsper.

Disse fejlmønstre kræver meget tid og energi at ændre, og jo mere intenst og længerevarende suttebruket er, des sværere vil det være for barnet at lære at tale rent.

Hos talehørekonsulenterne møder vi dagligt børn med talefejl på grund af overdrevet suttebrug. Vi appellerer derfor til, at du som forælder nøje overvejer, hvornår dit barn har brug for den trøst, sutten kan give.

Mange forældre putter automatisk en sut i munden på deres børn, for eksempel når de er på vej til dagplejen eller i institutionen om morgenen. Det samme gør sig gældende, når de henter børnene om eftermiddagen. På nettet kan man finde mange gode råd til, hvordan man bedst hjælper sig selv og sit barn med at bryde suttevanen.

<https://www.tandlaegeforeningen.dk/patienter/livsfaser/boern-og-unge/boerns-suttevaner/>

<https://www.dinmund.dk/livsfaser/sut-til-smaborn/>

<https://babyinstituttet.dk/suttebid-suttetaender>