



Mundmotorik



**ERGO- &
FYSIOTERAPIEN**

BØRN & UNGE · SYDFYN

MUNDMOTORISKE VANSKELIGHEDER:

Mundmotoriske vanskeligheder kan ses ved følgende:

- Barnet har svært ved at holde munden lukket og derved savler.
- Barnet har udtalevanskeligheder.
- Barnet bruger lidt eller ingen mimik.
- Barnet med spiseproblemer:
 - o Det helt lille barn, der har svært ved at sutte og synke.
 - o Det større barn, der har spiseproblemer i form af, at det har svært ved at tygge eller synke maden, propper munden, eller får maden galt i halsen.
 - o Barnet er særligt sensitivt i og omkring munden og vil fx kun spise mad af særlig konsistens eller temperatur.
 - o Barnet har svært ved at lukke munden om glasset, når det drikker.

Vanskelighederne kan afspejle sig i hele kroppen og kan være en del af en større funktionsnedsættelse.

HVAD KAN DU GØRE:

Du kan selv, derhjemme eller i daginstitutionen stimulere barnet i hverdagen ved at lave nogen af nedenstående aktiviteter.

Lidt stimulation dagligt skaber større udvikling end meget stimulation en gang om ugen!

Så prøv om du kan få det ind i hverdagen, fx lav lidt grimasser hver aften, når der børstes tænder, drik med sugerør til måltiderne osv. Derudover kan du nogle gange om ugen lave decideret mundlege/ stimulation.

IDEER TIL LEGE/AKTIVITETER:

Ansigtmimik:

- Efterlign hinandens ansigtsudtryk og grimasser. - Hvem kan se sur, glad, ked af det, sjov, træt, farlig ud osv.
- Lave store ballonkinder, lukke luften ud i en fin strøm eller i stød.
- Suge kinderne ind/ gøre sig hulkindet og holde det.

Puste- og sugelege:

- Puste, med munden eller gennem sugerør til fx fjer, vat eller bordtennisbolde. I kan lave kapløb eller skyde til måls.
- Puste til papirsskibe, mælkebøtter, vindmøller og lign.
- Puste bobler i vand gennem sugerør.
- Puste lys ud, øv at puste så lyset blaffer, men ikke pustes ud.
- Puste i fløjter, truthorn og "nytårsfiduser".
- Puste balloner op.
- Blæse sæbebobler.
- Hold et stykke madpapir med munden ved at suge indad.
- Suge fjer, vat, papir eller lign. fast til sugerør – lav fx lege hvor man skal fodre fugleunger.
- Lege "støvsuger" – sug kagekrymmel eller lign. op fra bordet med et sugerør.

Spiselege:

- Tage rosiner, cornflakes eller lign. op fra bordet med læberne.
- Spise lakridssnorer eller lign. uden at bruge hænderne.
- Drikke med sugerør.
- Spis madvarer med forskellig konsistens (hårdt, blødt, knasende mv.), fx gulerødder (evt. let kogte), æbler, ristet rugbrød, knækbrød, riskiks og lign.
- Tyggegummi styrker muskulaturen i/omkring munden.

Lege der stimulerer tungen:

- Lav smaskelyde, slå smæld med tungen osv.
- Række tunge, prøv at nå næsen/hagen, før tungen fra side til side, før tungespidsen op og ned bag fortænderne, fold tungen som et rør osv.
- Leg "vaskeleg med tungen", som skal gøre rent i hele huset (hele munden/alle tænderne).
- Fang mad med tungen fx cornflakes, chokopops, krymmel. Alt dette kan fanges med tungen til siderne, oppe eller nede.
- Smør nutella rundt omkring munden og slik det af.
- Når der suttes på slikkepind stimuleres tungen motorik.

Ovenstående aktiviteter er nogle, som langt de fleste børn synes er sjove at deltage i.

Vi har gode erfaringer med at lave små "mundgrupper", hvor man leger med disse lege.

Er du i tvivl om hvordan du skal stimulere et barn, eller ser

Ergo- og Fysioterapien, Børn og Unge, Sydfyn
Ørbækvej 49, 5700 Svendborg
Tlf: 62 23 64 08
www.ergo-fysioterapi.dk



Svendborg
Kommune