

Введение

Логопедический массаж — метод лечения и профилактики, представляющий собой совокупность приемов механического воздействия на различные участки тела человека. Массажные движения создают благоприятные условия для мышечной деятельности, ускоряя передачу нервного возбуждения. Любой массаж снимает утомление, повышает физическую и умственную активность, вызывает легкость и бодрость.

Логопедический массаж используется для коррекции различных нарушений: алалии, афазии, заикания, дизартрии. Комплексы массажа способствуют нормализации артикуляционного праксиса, улучшают дикцию, что нормализует просодическую сторону речи.

Логопеды не всегда используют массаж на занятиях, но его положительное влияние безусловно. Приемы массажа выбирают в зависимости от речевых нарушений.

Противопоказания к проведению логопедического массажа:

- острые воспалительные процессы;
- заболевания кожных покровов (инфекционные, грибковые и др.);
- стоматиты и инфекции рта;
- герпес на губах;
- тошнота.

Основные задачи логопедического массажа:

- нормализовать мышечный тонус;
- улучшить качество артикуляционных движений (точность, объем, переключаемость);
- устранить патологическую симптоматику (гиперкинезы, девиация и др.) [1].

В логопедической практике используется массаж зондами. Зонды должны быть устойчивыми к циклу обработки. Их протирание спиртовым тампоном не обеспечивает должной дезинфекции, исключение составляют зонды индивидуального пользования.

Используют зонды пластмассовые и зонды из нержавеющей стали.

Э.И. Складенко (1996) разработала дизартрические зонды, Е.В. Новикова (2000) — комплекс зондового массажа и набор зондов.

Методика проведения массажа

Выделяют следующие виды логопедического массажа: классический (ручной), точечный (лечебный) и аппаратный (зондовый) массаж.

Классический (ручной) массаж включает в себя следующие приемы работы: поглаживание, разминание, расслабление мышц.

Точечный (лечебный) массаж — один из видов рефлексотерапии, представляет собой механическое воздействие пальцами или заменяющим их инструментом. Приемы работы: захватывание и пощипывание, точечное постукивание, вибрация и др.

Аппаратный (зондовый) массаж предназначен для восстановления речевых функций. Используются следующие приемы: скольжение, плотное нажатие, поглаживание зондами.

Приемы логопедического зондового массажа лучше повторять 5—10 раз, постепенно увеличивая нагрузку на мышцы. Положение ребенка — лежа на кушетке, сидя на стуле.

Применение логопедического зондового массажа совместно с артикуляционной гимнастикой ускоряет исправление нарушенных звуков, что значительно облегчает постановку и введение звуков в речь.

Продолжительность зондового массажа составляет 15—30 мин. Курс — 10 сеансов, затем мышцам дают отдохнуть в течение двух недель. Потом массаж проводят еще раз.

Зондовый логопедический массаж может быть частью занятия (выполняется 10 мин) или включаться в логопедическую работу (при этом он не заменяет занятие; его продолжительность 15—30 мин).

Зондовый логопедический массаж с использованием артикуляционной гимнастики проводится в несколько этапов.

Этап 1 — диагностика

Перед использованием массажа в коррекционно-логопедической работе необходимо провести диагностику, которая включает:

- изучение анамнестических данных:
 - характер крика (сильный, продолжительный, звонкий, хриплый звук, глухой звук);
 - глотание (свободное, поперхивание, вытекание жидкости из носа);

- сосание (активное, продолжительное, слабое, вялое, его невозможность);
- дыхание (нормальное, учащенное, аритмичное);
- звуки гуления (одно- или разнообразные);
- время появления первых слов;
 - обследование мелкой моторики (об этом подробно см.: [4]);
 - обследование артикуляционного аппарата (жеватель-но-артикуляционной мышцы, мышц губ, языка).

В приложениях 1—3 представлен материал для обследования артикуляционного аппарата и звукопроизношения, в приложении 4 — направления работы по коррекции дизартрических расстройств.

Виды заданий для диагностики

Обследование жевательно-артикуляционной мышцы:

- открыть широко рот и удержать до 5 с под счет;
- постепенно открывать и закрывать рот под счет: на «раз» — открыть, на «два» — закрыть;
- откусить большой кусок яблока.

Обследование мимико-артикуляционных мышц:

- растянуть мышцы лица при широкой улыбке, зубы не видны (выполнить 5 раз);
- вытянуть губы вперед и удерживать 5 с.

Обследование мышц языка:

- открыть рот и высунуть язык, удерживать его в таком положении;
- широко открыть рот и положить язык за верхние зубы;
- широко открыть рот, высунуть язык и двигать им вправо-влево;
- выполнить упражнение «Лошадка»;
- приоткрыть рот, высунуть язык и сказать: «Пя-пя-пя».

Обследование мышц губ:

- открыть рот и улыбнуться так, чтобы были видны зубы;
- растянуть сомкнутые губы в улыбке и широко раскрыть рот, чтобы были видны зубы;
- произнести беззвучно: а-о-у-и.

Обследование мышц щек:

- сильно надуть щеки так, чтобы сделать три выдоха;
- втянуть щеки.

Этап 2 — проведение массажа

Артикуляционная гимнастика проводится на основе кинестетических ощущений органов артикуляции (ребенок должен

понимать, как вытянуть губы вперед, как положить язык за верхние зубы и др.) и ведущей руки ребенка. При выполнении упражнений используют счет от 1 до 5 или стихотворения. Сложность массажа зависит от степени нарушения подвижности мышц. Не обязательно использовать все массажные приемы. Необходимо постепенно увеличивать нагрузку, т.е. переходить от более простых заданий к более сложным.

Зонды

Для массажа используются 8 специальных зондов (Е.В. Новиковой), каждый из которых воздействует на определенную группу мышц: языка, скул, щек, губ и мягкого нёба. Рассмотрим их подробнее.

Зонд 1 — вилочковый (рис. 1)

Вилочковый зонд используется для массажа языка, щек, губ, мягкого нёба. Он активизирует работу мышц.

Концы зонда тупые, что исключает повреждение мышц.

Приемы работы: зонд ставят на мышцы, фиксируют и покачивают им вправо-влево в течение 5 с.



Рис. 1. Вилочковый зонд

Зонд 2 — «восьмерочка» (рис. 2)

Некоторые логопеды называют этот зонд «петелька». Он используется для массажа мышц языка, щек, губ.

Приемы работы: зондом надавливают на мышцы, не отрывая от места нажатия, производят движения вверх-вниз.



Рис. 2. Зонд «восьмерочка»

Зонды 3—5 — «большие саночки», «средние саночки» и «малые саночки» (рис. 3 *а, б, в*)

Эти зонды используются для массажа мышц языка, губ, щек.

Приемы работы: делаются одинаковые массажные скользящие движения, но с разной интенсивностью нажима.

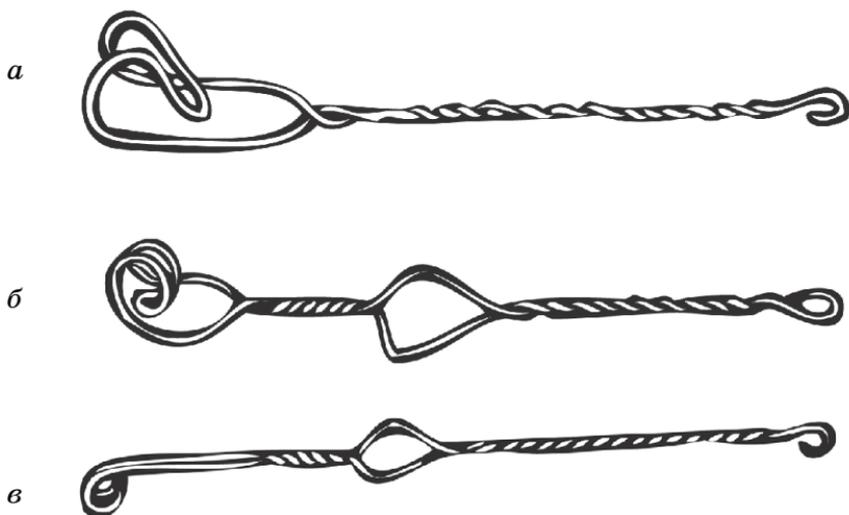


Рис. 3. Зонды: *а* — «большие саночки»; *б* — «средние саночки»; *в* — «малые саночки»

Зонд 6 — «топорик» (рис. 4)

Этот зонд активно используется для массажа языка, мышц щек, мягкого нёба. Массаж с его использованием нормализует тонус мышц, увеличивает их подвижность.

Приемы работы: плотное нажатие, скольжение по мышцам.



Рис. 4. Зонд «топорик»

Зонд 7 — «крестовина» (рис. 5)

Этот зонд используется для массажа мышц губ, щек, средней и прикорневой частей языка. «Крестовиной» можно сжимать мышцы языка.

Приемы работы: надавливающие движения вперед-назад.



Рис. 5. Зонд «крестовина»

Зонд 8 — «толкачик» (рис. 6)

Этот зонд используется для массажа щек, губ и мягкого нёба. Он восстанавливает подвижность мышц языка, что обеспечивает возможность принимать различные артикуляционные уклады звуков.

Приемы работы: интенсивное нажатие.



Рис. 6. Зонд «толкачик»

Массаж языка

Массаж зондом 1

Работая с зондом 1, для расслабления мышц нужно уложить ребенка на кушетку (если нет такой возможности, посадить его на стул), предложить ему широко открыть рот и как можно дальше высунуть язык изо рта. Кончик языка логопед должен удерживать марлевой салфеткой большим и указательным пальцем.

Движения зондом:

- по средней линии языка от кончика вверх (к корню). Важно определить границу рвотного рефлекса. Дойдя до нее, нужно остановиться и убрать зонд. Необходимо дать мышцам языка отдохнуть;
- по средней линии языка от его кончика к корню и обратно;
- от кончика языка вверх по боковым его краям.

Каждое движение делать в течение 5 с. На начальном этапе можно выполнить 5 упражнений. Затем их количество постепенно увеличивается.

Массаж зондом 2

С помощью данного зонда оказывается активное воздействие на мышцы (щек, губ, языка).

Движения зондом: надавливание петелькой на мышцы языка, движения вверх и вниз.

Массаж зондами 3—5

С помощью этих зондов осуществляется скользящий массаж поверхности языка.

Движения зондом: скольжение по средней линии языка (от кончика к корню), от корня языка к кончику и обратно, по боковым краям языка от кончика к корню.

Массаж зондом 6

Осуществляются короткие надавливающие движения.

Движения зондом:

- по средней линии языка от кончика к корню;
- по всему языку (от кончика к корню и обратно);
- по правому и левому краям языка.

Массаж зондом 7

Использование этого зонда приводит к расширению средней части языка. Выполняются надавливающие движения.

Движения зондом:

- надавливание на язык;
- сжатие мышц «крестовиной» и смещение языка к глотке;
- круговые движения.

Массаж зондом 8

Движения осуществляются с разной интенсивностью нажатия.

Движения зондом:

- нажатие на середину языка от кончика к корню;
- нажатие на правый, левый край языка (от кончика к корню).

Массаж мышц щек

Мышцы щек участвуют в жевании, артикуляции звуков. Перед их массажем следует четко повторить звуки [б], [п], [м] для активизации мышц губ и щек. Сначала логопед повторяет их вместе с ребенком в медленном, потом в быстром темпе.

Перед массажем хорошо повторить следующие цепочки звуков перед зеркалом: *бда-бдо-бду-бды; ма-мы-мэ-му; гна-гны-гну; мна-мно-мны-мнэ; тка-ткы-тко-тки.*

Массаж правой и левой щек проводится попеременно. Перед ним мышцы следует нагреть (прогреть) грелкой с теплой водой, тогда они станут податливыми, не возникнет болевых ощущений.

Приемы работы

- Поглаживание: глубокое поглаживание мышц щек зондами 3—5 сверху вниз (5 раз), поглаживающие движения зондом 6.
- Нажатие: интенсивное нажатие в течение 5 с зондами 7 и 8.
- Интенсивное нажатие: введение зонда в мышцы (круговые движения): используются зонды 3—5, затем 7 и 8.

Каждое движение нужно делать 5—10 раз с чередованием. Потом можно использовать комплекс артикуляционной гимнастики.

Массаж губ

Перед массажем для лучшего эффекта губы следует прогреть солевой грелкой.

Сначала делают ручной массаж. Каждое упражнение выполняют 3—4 раза, постепенно доводя до 10 раз. Затем переходят к проведению зондового массажа.

Ручной массаж

Руки логопеда должны быть чистыми, ногти коротко подстрижены. Ручной массаж выполняется указательными и большими пальцами (лучше во время массажа надеть на эти пальцы напальчники, или обмотать их марлевыми салфетками).

Упражнение 1. Растянуть губы в виде улыбки, поставив указательные пальцы в углы рта, при этом большими пальцами придерживать подбородок ребенка. Вернуть губы в исходное положение.

Упражнение 2. Захватить указательными и большими пальцами середину верхней и нижней губы. Нижнюю губу тянуть вниз, верхнюю губу — вверх (при этом видны зубы).

Упражнение 3. Захватить указательным и большим пальцами середину верхней губы и потянуть ее вверх.

Упражнение 4. Захватить указательным и большим пальцами середину нижней губы и подтянуть ее вниз.

Зондовый массаж

В ходе массажа можно варьировать последовательность зондов.

Массаж зондом 8

Приемы работы: нажатие.

Движения зондом: поставив петельку зонда с внутренней стороны губ, нажимать на нее указательным пальцем, разминая мышцы. Производить движения от левого угла губ к правому (и наоборот). Затем перейти к нижней губе. Каждое упражнение выполнять 3—5 раз.

Массаж зондом 1

Прием работы: покалывающие движения по круговой мышце рта.

Движения зондом:

- от левого угла губ по верхней губе к правому углу по верхней и нижней губе.
- от носа спускаться вниз покалывающими движениями к верхней губе, при этом захватывать всю поверхность губ.

Массаж зондами 3—5

Приемы работы: скользящие движения вокруг ротовой полости.

Движения зондом: глубокие скользящие движения большими, средними и далее малыми саночками по часовой стрелке вокруг ротовой полости (сначала по верхней губе, затем по нижней); глубокое поглаживание носогубных складок, углов рта сначала большими саночками, затем средними и малыми.

Массаж зондом 6

Приемы работы: поглаживающие движения вокруг верхней и нижней губы.

Движения зондом:

- поглаживающие движения от левого к правому углу рта;
- плотные нажатия от основания носа к углам рта.

Массаж зондом 2

Прием работы: круговые движения.

Движения зондом: круговые движения петелькой от левого к правому углу рта, движения от основания носа к верхней губе.

Массаж зондом 7

Приемы работы: интенсивное нажатие на мышцы вокруг ротовой полости.

Движения зондом:

- интенсивное нажатие на мышцы верхней губы, на углы рта;
- надавливающие движения от основания носа к углам рта.

Массаж мягкого нёба

Полость рта сверху ограничена нёбом, которое состоит из двух отделов: переднего твердого нёба и заднего мягкого.

Прием работы: поглаживание.

Движения зондами: поглаживание мышц мягкого нёба зондами 3—6 (8 раз).

После зондового массажа ребенку предлагается повторить комплекс упражнений, который можно проводить не только на занятиях (3 раза в неделю), но и дома.

Комплекс упражнений для активизации мышц мягкого нёба

● «Повтори слоги»

Ребенок повторяет слоги вслед за логопедом: *ка-ка-ка; кы-кы-кы; га-га-га; гы-гы-гы; ка-гы-ко.*

● «Повтори стихотворение»

Ребенок повторяет стихотворения за логопедом.

Петя в желтых сапогах
Ходит по песку,
Постоит да поглядит,
А потом как закричит:
«Ку-ка-ре-ку!»

Куры крыльями махали:
«Ко-ко-ко!»
Куры клювами стучали:
«Ко-ко-ко!»

Вот поезд наш едет,
Колеса стучат:
«Гу-гу-гу!»

«Тук-тук-тук», —
Вот колесики стучат.

В. Селиверстов

● «Пропой звуки»

Ребенок повторяет звуки за логопедом, распевая их: *а-ы-а-ы; ы-а-ы, у-а.*

Затем распевает звуки и делает движения: [а] — разводит руки в стороны; [ы] — топает; [у] — вытягивает руки ладонями вперед.

Зондовый массаж рук

Руки ребенка лежат на полотенце на столе в расслабленном состоянии.

В начале массажа можно использовать приемы криотерапии (чередование температур) для лучшей стимуляции движений. Каждое движение повторяется 2 раза.

Для криотерапии применяют кусочки льда, грелку, полотенце.

На руки ребенка кладут грелку, держат ее 5 с, затем делают поглаживающие движения кусочками льда от кончиков пальцев до локтя, потом растирающие движения полотенцем по поверхности рук, указательным и большим пальцем по каждому пальцу.

Массаж зондом 3—5

Приемы работы: скольжение от кончиков к основанию пальцев по 2 раза.

Сначала используют «большие саночки», затем «средние саночки» и «малые саночки».

Массаж зондом 6 («топорик»)

Приемы работы: нажатие и скольжение от кончиков пальцев (снизу вверх).

Массаж зондом 1 («вилочковый»)

Приемы работы: покалывающие движения по каждому пальцу.

Методика проведения артикуляционной гимнастики

Артикуляционная гимнастика влияет на подвижность органов артикуляции, увеличивает объем и силу движений, развивает гибкость артикуляционных органов (губ, языка).

Артикуляционная гимнастика включает статические и динамические упражнения, направленные на тренировку мышц губ, нижней челюсти, языка. Они необходимы для правильной постановки звуков.

При выполнении статических упражнений ребенок фиксирует в одном положении орган артикуляции: язык, нижнюю челюсть, губы. В ходе динамических упражнений органы артикуляции ритмично двигаются.

Для повышения интереса ребенка к упражнениям во время его выполнения логопед может читать стихотворения.

Статические упражнения

Задача: учить широко открывать рот и удерживать язык в заданных положениях, состоянии и форме.

- «Блинчик»

Ребенок широко открывает рот, кладет на нижнюю губу «широкий» расслабленный язык, фиксирует его в таком положении до 10 с. Затем он убирает язык, закрывает рот. Упражнение повторяется 3—4 раза.

Раз, два, три, четыре —
На весах четыре гири,
А с другой стороны
На весах лежат блины
На дощечке возле дома,
Я сама их испекла.
Ни один не вышел комом,
Ни один не подожгла!
Блин тебе, блин ему
И другим по одному.
Ешь быстрее,
Не гляди!
Есть не хочешь — выходи!

Г. Ладонщиков

Конец ознакомительного фрагмента.
Приобрести книгу можно
в интернет-магазине
«Электронный универс»
e-Univers.ru