

Masaż logopedyczny zewnętrzny twarzy dla małych dzieci i nie tylko.

Jest to najprostsza forma masażu, niewymagająca specjalistycznego przeszkolenia. Masaż zewnętrzny twarzy mogą rodzice robić swojemu dziecku.

Celem masażu jest zmniejszenie nadwrażliwości okolicy ustno-twarzowej i utrzymanie prawidłowego napięcia mięśniowego oraz redukcja przetrwałych odruchów patologicznych.

Materiały potrzebne do przeprowadzenia ćwiczenia: krem lub oliwka.

Masaż wykonujemy co najmniej 2 razy dziennie, najlepiej na około 30 minut przed posiłkiem lub 40 minut po posiłku. Przed przystąpieniem do masażu rodzic dokładnie myje ręce i pokrywa twarz i szyję dziecka cienką warstwą kremu lub oliwki. Jeżeli dziecko jest w dobrym nastroju może rozpocząć masaż, jednak przez cały czas jego trwania rodzic powinien kontrolować zachowanie dziecka i odczytywać jego reakcje. Dla malutkiego dziecka masaż logopedyczny może być nieprzyjemny, ale nie stanowi to reguły. Masaż wykonujemy palcami wskazującym i środkowym lub kciukami. Należy rozpocząć od **okolic szyi, podbródka i brody, z dołu ku górze, następnie policzki i czoło wzdłuż nosa i ust. Masujemy symetrycznie obie strony twarzy za pomocą rozcierania, obszcypywania, oklepywania i ugniatania. Każdą czynność powtarzamy po 5 razy.** Zdecydowanie należy unikać ruchów muskających, chyba że dziecko wyraźnie je preferuje.

Etap 1. Masaż szyi – masujemy symetrycznie obie strony szyi za pomocą rozcierania, obszcypywania, oklepywania i ugniatania od dołu ku górze.

Etap 2. Masaż brody – masujemy symetrycznie obie strony brody za pomocą rozcierania, obszcypywania, oklepywania i ugniatania od dołu ku górze, w kierunku stawów żuchwowych do skroni.

Etap 3. Masaż policzków – masujemy` policzki pod oczami w kierunku skroni wykonując kółeczka w kształcie pętelek do stawów żuchwowych,

Etap 4. Masaż czoła – masujemy symetrycznie obie strony czoła za pomocą rozcierania, obszcypywania, oklepywania i ugniatania od środka czoła w kierunku skroni do stawów żuchwowych,

Etap 5. Masaż nosa – kciukami podpieramy brodę dziecka tak, aby zęby górne i dolne były złączone, a wargi zwierzały się, posługujemy się palcami wskazującymi, które schodzą bardzo lekko po obu stronach nosa, a następnie powtarzamy tę czynność.

Masujemy pod nosem w kierunku stawów żuchwowych lekko uciskając stawy żuchwowe na koniec.

Etap 6. Masaż ust- masujemy wargi, palce wskazujące rozciągają i ściągają złączone wargi, a następnie je obszczypujemy i układamy jak do cmokania.

- Podpierając brodę dziecka kciukami wykonujemy trzykrotnie spadające łezki od kącików oczu w kierunku brody.

Etap 7. Masaż okolicy oczu - stosujemy palcami wskazującymi rozcieranie ruchami okrężnymi wokół oczu.

Etap 8. Na koniec masujemy trzykrotnie płatki uszu od góry do dołu. Potem pociągamy do góry, w bok i na dół.

*Opracowała neurologopeda Liliana Krynicka na podstawie:
materiałów własnych oraz literatury - Metoda integracji sensorycznej we wspomaganiu rozwoju mowy
u dzieci z uszkodzeniami ośrodkowego układu nerwowego.*