

## ЛОГОПЕДИЧЕСКИЙ МАССАЖ

Логопедический массаж – часть комплексной медико-психолого-педагогической работы, направленной на коррекцию различных речевых расстройств. При различных формах речевой патологии массаж является необходимым условием эффективности логопедического воздействия.

Массаж может проводиться на всех этапах коррекционно-логопедического воздействия. Но особенно значимо его использование на начальных этапах работы, когда у ребенка еще нет принципиальной возможности выполнить определенные артикуляционные движения.

Можно обучить родителей ребенка элементарным приемам массажа и пассивной артикуляционной гимнастики, предварительно объяснив их необходимость и эффективность.

Сущность массажа состоит в нанесении механических раздражений в виде поглаживания, пощипывания, растирания, разминания, поколачивания и вибрации. При легком, медленном поглаживании снижается возбудимость массируемых тканей, что оказывает успокаивающее, расслабляющее воздействие. Энергичные и быстрые движения при массаже повышают раздражимость массируемых тканей, сокращают мышцы.

Логопедический массаж выполняется в области мышц головы, шеи, а также верхнего плечевого пояса. Особое внимание должно уделяться мышцам периферического речевого аппарата, к которым относятся прежде всего мышцы языка и губ; а также щек и мягкого неба. Именно эти мышцы прежде всего обеспечивают речепроизводство.

Противопоказаниями для проведения массажа являются инфекционные заболевания (ОРВИ, грипп), заболевания кожи, герпес на губе, стоматит, конъюнктивит, увеличение лимфатических желез, резко выраженная пульсация сонных артерий. С большой осторожностью следует применять массаж у детей с эпилепсией (судорогами).

Логопедический массаж проводится в теплом, хорошо проветренном помещении. Обычно массаж рекомендуется проводить циклами по 10-15-20 сеансов, желательно каждый день или через день. После перерыва на 1-2 месяца цикл можно повторить. При выраженных нарушениях мышечного тонуса массаж можно проводить в течение нескольких лет (с небольшими перерывами).

Длительность одной процедуры может варьировать в зависимости от возраста ребенка, тяжести речедвигательного нарушения, индивидуальных особенностей и т.д. Начальная длительность первых сеансов составляет от 1-2 минут до 5-6 минут, а конечная – от 15 до 20 минут. В раннем возрасте массаж не должен превышать 10 минут, в младшем дошкольном – 15 минут, в старшем дошкольном и школьном возрасте – 25 минут.

Во время массажа ребенок не должен испытывать боли. Однако у некоторых детей отмечается повышенная чувствительность всех или отдельных артикуляционных мышц.

Для проведения логопедического массажа необходимо иметь: медицинский спирт, стерильные салфетки, 3% перекись водорода, защитную маску, перчатки, детский крем, присыпку, полотенце.

Не нужно с первых встреч сразу укладывать ребенка в горизонтальное положение. Лучше поместить его в положение сидя (маленький ребенок может сидеть на коленях у мамы или в детском кресле).

Если ребенок негативно настроен или испуган, первые сеансы массажа должны быть очень короткими и ограничиваться при этом только массажем кистей и пальцев рук или легким поглаживанием лицевой мускулатуры.

Во время массажа используются различные отвлекающие средства: пение песенки, чтение сказки или стихотворения. Ребенок обязательно должен чувствовать мягкое, доброе отношение.

Руки логопеда во время проведения массажа должны быть чистыми, теплыми, без воспалительных процессов, с коротко остриженными ногтями; желательно не надевать украшений (колец и браслетов), мешающих проведению массажа. Кожа лица и губ ребенка также должна быть чистой, а рот – свободный от крошек или остатков пищи. Массаж целесообразно проводить не раньше, чем через 2 часа после последнего приема пищи (особенно у детей с повышенным глоточным рефлексом).

### ***Расслабление мышц шеи (пассивные движения головы)***

Перед началом расслабляющего массажа артикуляционной мускулатуры, необходимо добиться расслабления этих мышц. Логопед совершает пассивные движения головой ребенка.

Положение ребенка на спине или полусидя, голова несколько свешивается назад:

а) Одной рукой логопед поддерживает шею ребенка сзади, другой производит круговые движения головой сначала по часовой, затем против часовой стрелки.

б) Медленными, плавными движениями логопед поворачивает голову ребенка в одну и в другую сторону, покачивает вперед (3-5 раз).

*Расслабление шейной мускулатуры вызывает некоторое расслабление корня языка.*

*Расслабление оральной мускулатуры достигается легким поглаживанием, похлопыванием мышц лица, губ, шеи, языка. Движения проводятся двумя руками в направлении от периферии к центру. Движения должны быть легкими, скользящими, слегка прижимающими, но не растягивающими кожу. Каждое движение повторяется 5-8 раз.*

### ***Расслабление лицевой мускулатуры***

Поглаживание от середины лба к вискам.

От бровей к волосистой части головы.

От линии лба вокруг глаз.

Поглаживание бровей от переносицы в стороны до края волос, продолжая линию бровей.

От линии лба вниз через все лицо по щекам, подбородку и шее.

От нижнего края ушной раковины (от мочек уха) по щекам к крыльям носа.

Легкие пощипывающие движения по краю нижней челюсти.

Надавливающий массаж лица от корней волос вниз.

*Расслабление губной мускулатуры*

Поглаживание верхней губы от углов рта к центру.

Поглаживание нижней губы от углов рта к центру.

Поглаживание верхней губы (движение сверху вниз).

Поглаживание нижней губы (движение снизу вверх).

Поглаживание носогубных складок от крыльев носа к углам губ.

Точечный массаж губ (легкие вращательные движения по часовой стрелке).

Легкое постукивание губ пальцами.

При асимметрии лицевой мускулатуры большее число массажных движений осуществляется на пораженной стороны.

***Стимулирующий массаж артикуляционной мускулатуры*** осуществляется при гипотонии мышц (с целью укрепления мышечного тонуса). Массажные движения проводятся от центра к периферии. Укрепление лицевой мускулатуры осуществляется путем поглаживания, растирания, разминания, пощипывания, вибрации. После 4-5 легких движений сила их нарастает. Они становятся надавливающими, но не болезненными. Движения повторяются 8-10 раз.

***Укрепление лицевой мускулатуры***

Поглаживание лба от середины к вискам.

Поглаживание лба от бровей к волосам.

Поглаживание бровей.

Поглаживание по векам от внутренних к внешним углам глаз и в стороны.

Поглаживание щек от носа к ушам и от подбородка к ушам.

Сжимание подбородка ритмичными движениями.

Разминание скуловой и щечной мышцы (спиралевидные движения по скуловой и щечной мышцам).

Перетирание щечной мышцы (указательный палец во рту, остальные снаружи).

Пощипывание щек.

***Укрепление губной мускулатуры***

Поглаживание от середины верхней губы к углам.

От середины нижней губы к углам.

Поглаживание носогубных складок от углов губ к крыльям носа.

Пощипывание губ.

Покалывание губ.

*Одним из приемов укрепляющего массажа является вибрация. Вибрацию можно производить ручным методом и при помощи механического прибора. Передача тканям мелких быстрых, чередующихся колебательных движений вызывает сильное сокращение мышц и придает им большую упругость, улучшает трофику тканей. Массаж продолжается 2-4 мин. (Вибрация противопоказана детям с эписиндромом (судорогами).*

Массаж язычной мускулатуры.

При спастичности языка производят расслабляющий массаж, при гипотонии языка - укрепляющий массаж.

При спастичности языка для снижения тонуса язычной мускулатуры перед массажем можно подержать во рту (2-3 раза) теплый настой трав (1 ч.л. крапивы, 1 ч.л. зверобоя, 1 ч.л. ромашки, 1 ч.л. чая на 0,5л кипятка).

Массаж языка можно осуществлять различными способами:

Зондовый массаж (используются зонды Е.В.Новиковой или постановочные зонды Рау).

Пальцевый массаж (в напальчнике или через марлевую салфетку).

Массаж деревянным или металлическим шпателем.

Массаж зубными щетками. При массаже используются как щетина, так и палочка щетки.

Перед началом массажа языка нужно выяснить степень и границу глоточного (рвотного) рефлекса. В случае его повышения во время каждого последующего массажа необходимо понемногу заходить за границу глоточного рефлекса. Массаж языка не следует проводить после кормления ребенка.

Во время массажа языка рот ребенка открыт. Логопед сначала делает массаж в полости рта, затем вне полости рта (попросив высунуть язык), и, наконец, удерживая язык марлевой салфеткой.

*Приемы массажа языка (направление массажных движений).*

Поглаживание языка в различных направлениях:

от корня языка к кончику (воздействие на продольные мышцы);

от центра языка к боковым краям (поперечные мышцы);

круговые, спиралевидные движения.

Похлопывание языка (начиная с кончика, продвигаясь постепенно к корню и обратно. (Ритмичные надавливания воздействуют на вертикальные мышцы).

«Прокачивание» - легкие вибрирующие движения, передаваемые языку через зонд (шпатель или щетку).

Массаж верхнего подъема языка, растягивая уздечку (движение снизу вверх под языком).

Покалывание языка (игольчатым зондом).

"Перетирание" языка марлевой салфеткой или чистым носовым платком (в случае повышенной чувствительности ребенка к марле).

Распластывание языка маленькой клизмой-спринцовкой (сложенная два раза большая часть клизмы - во рту; кончик - снаружи).