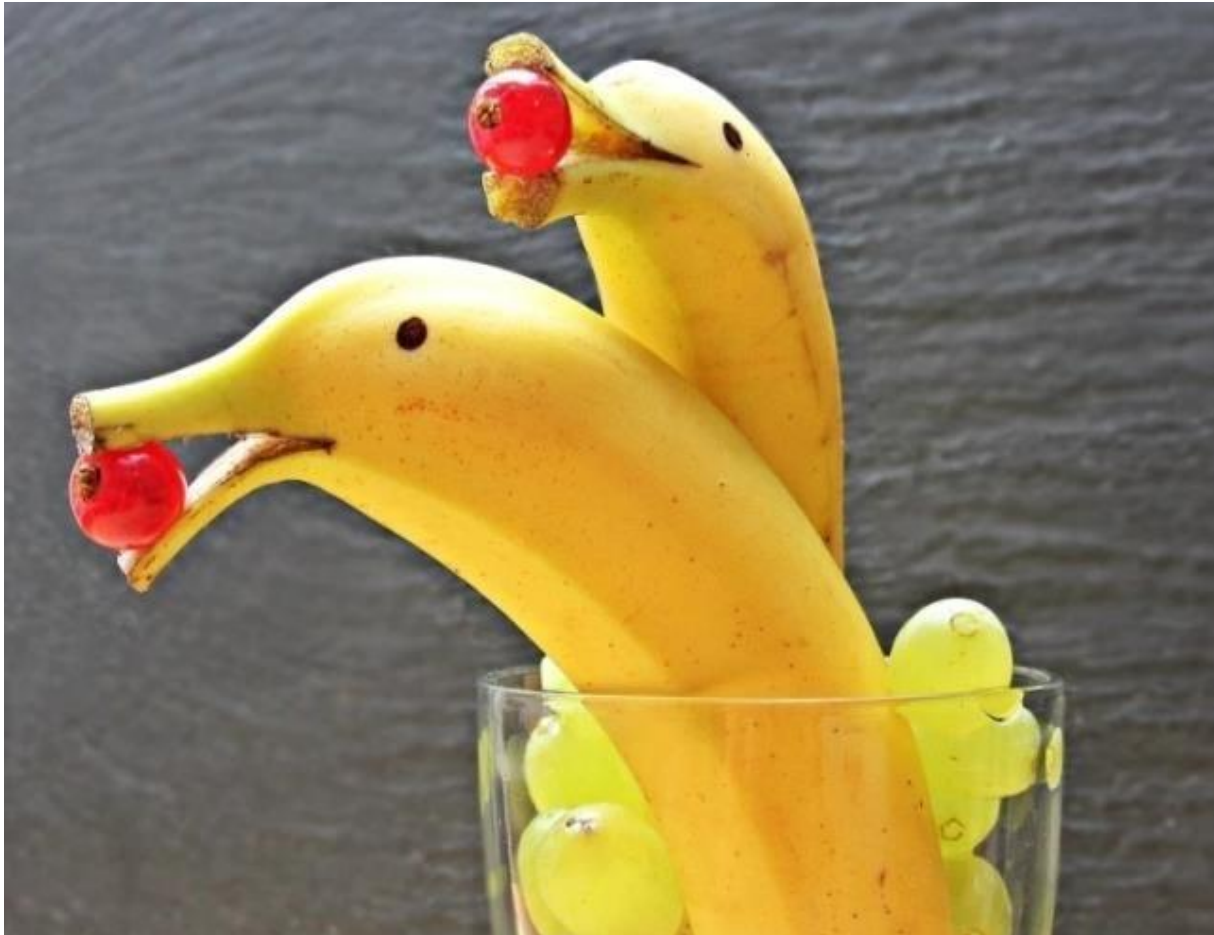


23.11.2020

PP Rewalidacja

Nadwrażliwość jamy ustnej – optymalizacja dostarczanych bodźców



Kiedy pracujemy nad awersjami żywieniowymi, naszym celem jest uzyskanie dobrego nastawienia do jedzenia. Dotykanie, ugniatanie, turlanie czy rysowanie w jedzeniu jest jak najbardziej wskazane.

Zabawa może zdjąć odium tajemniczości i sprawić, że stanie się częścią codziennej rutyny. Zapewne dziecko nie będzie od razu chciało wkładać do ust niechcianego dotąd jedzenia tylko dlatego, że się nim bawiło, ale z czasem znajomość produktu może przekształcić się w jego akceptację. Jeżeli

poznawanie jedzenia zaczniecie od dotykania go palcami, dziecku może być potem łatwiej zaakceptować różne odczucia w ustach.

Oto kilka przykładów doskonałej zabawy z jedzeniem:

Układanie liter z groszku

Daj dziecku strączki świeżego groszku. Zachęć je, żeby wzięło strączek do ręki, poczuło go, powąchało i policzyło ziarenka schowane w środku, a jeżeli będzie miało ochotę – posmakowało. Układajcie na blacie duże litery ze strączków. Do tego przyda się kromka chleba posmarowana masłem – ziarenka groszku będą się na nim dobrze trzymać.

Warzywne pieczętki

Cukinia, seler naciowy, jabłka i pieczarki rewelacyjnie nadają się na pieczętki. Z marchewki czy ziemniaka można wyciąć różne kształty, np. kwiatek albo gwiazdkę. Zamiast farby użyjcie hummusu, przecieru jabłkowego, albo innego produktu, który zainspiruje twoje dziecko do malowania. Odciskajcie warzywne pieczętki na talerzu. Stworzony wzór może być na tyle ładny (i smaczny), że będzie można na takim talerzu podać posiłek.

Dodatkowo warto wprowadzić na stałe czynności wymienione poniżej :

- masaż ciała z pominięciem szyi i głowy jako przygotowanie dziecka do stymulacji dotykowej
- masaż okolic głowy (szyja, barki) – głaskanie, rozciąganie i ściąganie skóry, poklepywanie
- masaż głowy – głaskanie, klepanie, ugniatanie, ostukiwanie
- masaż twarzy (kolejno: policzki, skronie, broda, okolice ust) – głaskanie, ugniatanie, opukiwanie, pukanie, poszcypywanie, rozcieranie, rozciąganie okolic warg, obrysowywanie warg palcem, kostką lodu, dotykanie zimnymi/cieplymi butelkami, szczoteczką do zębów, szczoteczką do masażu dziąseł

- masaż twarzy według koncepcji Shantali
- masaż według koncepcji Castillo-Moralesa
- masaż wnętrza jamy ustnej – wargi, dziąsła, podniebienie, język, policzki, zęby; masaż można wykonać najmniejszym palcem (reguły robi to mama) albo przy użyciu szczoteczki silikonowej, szczoteczki z miękkiego włosia, szczoteczki do zębów,

Dodatkowo w eliminowaniu nadwrażliwości oralnej można zastosować:

- stymulację termiczną (dotykanie wewnętrznej i zewnętrznej części buzi naprzemiennie zimną i ciepłą łyżeczką, wpryskiwanie do buzi naprzemiennie zimnej i ciepłej wody)
- stymulację wibracyjną – punktowy masażer wibracyjny, elektryczna szczoteczka do zębów; należy zachować szczególną ostrożność w przypadku dzieci chorych na epilepsję
- stymulację fakturową – dotykanie twarzy: pędzlem, futerkiem, kolczastą piłeczką, piórkami, folią itp.
- trening węchowy (podawanie pojemniczków zapachowych np. wanilia, cytryna, ocet, lawenda itp.)
- podawanie twardych przekąsek (marchew, skórka od chleba)

Miłego dnia

Smutek Agata