**Używanie smoczka a wady wymowy**



Dzieci przychodzą na świat z fizjologicznym odruchem ssania, który zanika około 2-3 roku życia. Niektóre zadawalają się ssaniem podczas karmienia, a u innych odruch jest tak silny, że trudno obejść im się bez smoczka, czy też własnego kciuka. W okresie pierwszych 5 miesięcy życia dziecka właściwie dobrany i stosowany z umiarem smoczek nie stanowi zagrożenia dla rozwoju mowy dziecka. Jednak po tym czasie odruch ssania zmniejsza się i należy stopniowo odzwyczajać dziecko od smoczka i karmienia butelką ze smoczkiem. Często wykształca się odruch ssania palców, który jest najtrudniejszy do wyeliminowania. Najlepiej, gdy dziecko  po ukończeniu 1 roku nie używa smoczka, nie zasypia z butelką czy też z kciukiem w buzi. Ssanie  smoczka po tym czasie oddziałuje w dwojaki sposób.   
Po pierwsze niewłaściwe stosowanie może zakłócać pracę narządów mowy biorących udział w ssaniu i mówieniu, czego następstwem są wady wymowy. Po drugie częste utrzymywanie smoczka „uspokajacza” w buzi dziecka może powodować opóźnienie rozwoju mowy i niechęć do komunikowania się z otoczeniem. Najlepszym treningiem mięśni języka i warg, a także podniebienia miękkiego i żuchwy jest ssanie piersi. Ssanie jest ściśle związane z połykaniem. Jeśli rodzice będą dzieciom podawać smoczki w okresie przekształcania się jednego typu połykania w drugi (trzeba wiedzieć, że w połykaniu wyróżnia się typ niemowlęcy i typ dorosły), co ma miejsce ok. 18 miesiąca życia, zaburzy to pracę języka, doprowadzając do wymowy z językiem wsuniętym między zęby. Proces kształtowania się połykania dojrzałego (dorosłego) kończy się z chwilą wyrznięcia się zębów mlecznych, czyli około trzeciego roku życia. Od tego momentu język nie powinien wychodzić poza usta dziecka podczas mówienia.

**Wady wynikające ze stosowania smoczka:**

**Smoczek powoduje wady zgryzu -** przetrwałe, nawykowe ssanie smoczka, podobnie jak ssanie kciuka, jest jednym z czynników odpowiedzialnych za wady zgryzu. Ponadto ciągłe trzymanie i ssanie smoczka może wpływać na psychonerwowy rozwój dziecka.

**Smoczek powoduje wady wymowy** - długotrwałe ssanie smoczka, karmienie butelką (ponad rok od narodzin) powoduje wymowę międzyzębową (podczas wymowy niektórych głosek czubek języka wsuwa się między  górne i dolne zęby). Podkreślić należy, że w języku polskim żadna głoska nie jest wymawiana międzyzębowo, nie jest to również stan typowy dla rozwoju mowy, a w związku z tym dziecko wrasta w tę wadę. Szczególnie niekorzystne jest stosowanie smoczka w okresie ząbkowania ze względu na rozpoczynający się proces pionizacji języka (ruchy w płaszczyźnie pionowej). Istnieje ścisły związek między przyjmowaniem pokarmów a umiejętnościami językowymi. Długotrwałe karmienie przez smoczek wyłącza z pracy czubek języka i wargi. Brak pracy czubka języka zaburza wymowę głosek t, d, n, s, z, c, dz, a także sz, ż, cz, dż, r, l. Wiotki mięsień warg nie sprzyja prawidłowej wymowie głosek p, b, m oraz f, w.

**Smoczek opóźnia rozwój mowy -** długotrwałe ssanie smoczka pozbawia dziecko możliwości naturalnego napinania mięśni języka i ćwiczenia unoszenia czubka języka do góry. To w konsekwencji prowadzi do opóźnienia rozwoju mowy, dziecko mówi mniej, ma uboższy zasób słów i niechętnie komunikuje się z otoczeniem.

**Ssanie smoczka powoduje infekcje górnych dróg oddechowych -** podczas ssania smoczka dochodzi do zmiany napięcia okrężnego warg, dziecko nie domyka buzi i oddycha przez usta. Sprzyja to częstym infekcjom górnych dróg oddechowych. Również podawanie dzieciom mleka przez smoczek butelkowy sprzyja częsty zakażeniom górnych dróg oddechowych. Dziecko przyjmując pokarm, przerywa ssanie, aby móc nabrać powietrza przez usta.   
W krótkim czasie dochodzi więc do nawykowego oddychania przez usta, czego konsekwencją są infekcje.

**Ssanie smoczka prowadzi do zapalenia uszu** - ssanie smoczka jest istotnym czynnikiem ryzyka zachorowania na ostre zapalenie ucha środkowego do 18 m-ca życia. Zgodnie z wynikami badań opublikowanymi w czasopiśmie ,,Pediatra” (P.Żak, nr 1 s. 43) dzieci, które ssą smoczki, o 40% częściej chorują na zapalenie ucha środkowego. Nie wiadomo, dlaczego tak się dzieje, jednak istnieje podejrzenie, że ssanie smoczka niekorzystnie zmienia ciśnienie między uchem środkowym a górnymi drogami oddechowymi. Inne badania wykazały, iż dzieci, które w 6 m-cu życia przestały ssać smoczek, rzadziej chorowały na infekcje ucha środkowego

**Smoczek prowadzi do uzależnienia -** smoczek może stać się pierwszym silnym nałogiem dziecka. Potrzebę ssania łatwo może zastąpić nawyk. Dziecko otrzymujące smoczek często reaguje płaczem na jego wypadnięcie, jest to rezultat ciągłego czuwania. Smoczek może uzależnić, jeśli jest używany przez większość dnia i nocy, a także gdy dziecko ssie go zbyt długo, czyli po pierwszym roku życia. Smoczek nie może być jedynym sposobem na uspokojenie dziecka.

**Smoczek jako siedlisko bakterii -** aspekt higieniczny. Pediatrzy podkreślają, że oblizywanie smoczka przez dorosłego w celu oczyszczenia to pseudodezynfekcja. Dorosły ma dużo więcej bakterii, których dziecko przy odpowiedniej higienie nie ma (drobnoustroje, bakterie próchnicotwórcze). Tylko dokładne mycie i wyparzanie zapewni odpowiednią higienę smoczka.

Ssanie jest ściśle związane z połykaniem. Jeśli rodzice będą dzieciom podawać smoczki w okresie przekształcania się jednego typu połykania w drugi (trzeba wiedzieć, że w połykaniu wyróżnia się typ niemowlęcy i typ dorosły), co ma miejsce ok. 18 miesiąca życia, zaburzy to pracę języka, doprowadzając do wymowy z językiem wsuniętym między zęby. Proces kształtowania się połykania dojrzałego (dorosłego) kończy się z chwilą wyrznięcia się zębów mlecznych, czyli około trzeciego roku życia. Od tego momentu język nie powinien wychodzić poza usta dziecka podczas mówienia.

Decyzja o rozstaniu ze smoczkiem jest często trudna dla rodziców, dlatego bywa odkładana na później ze względu na wygodę, łatwość i szybkość w uspokajaniu dziecka. Ssanie smoczka nie powinno być normą. Fakt, że większość dzieci go używa, nie oznacza, że nasze dziecko go potrzebuje. **Nie warto odkładać tej decyzji. Świadome i mądre postępowanie, wymagające konsekwencji i zdecydowania, wpłynie pozytywnie na rozwój dziecka.**