



Afwijkende mondgewoonten

Wat zijn afwijkende mondgewoonten?

Onder afwijkende mondgewoonten worden die gewoonten verstaan die negatieve gevolgen hebben voor de gebitsstand, het spreken en het gehoor. Openmondgedrag, afwijkend slikken en duimzuigen zijn afwijkende mondgewoonten.

De meeste mensen ademen door hun neus, tenzij de neusdoorgang onvoldoende is. Er zijn verschillende factoren die de neusdoorgang kunnen vernauwen. Verkoudheden en allergieën zijn hier voorbeelden van. Er wordt dan tijdelijk meer door de mond geademd. Als dit mondademen blijft bestaan terwijl de neus weer doorgankelijk is, wordt de neus nauwelijks meer gebruikt en kunnen de mondspieren verslappen. Dit heeft verschillende gevolgen.

Bij mondademen droogt de mond uit. Daardoor hoeft er veel minder geslikt te worden. Dit heeft tot gevolg dat de buis van Eustachius, die de neusholte met het oor verbindt, te weinig wordt gereinigd. De kans op oorontstekingen neemt hierdoor toe.

Een ander gevolg van mondademen is dat de tong laag onder in de mond ligt. De tong wordt dan tussen de tanden geperst bij het slikken. Doordat de tong tijdens dit afwijkend slikken telkens tegen de tanden duwt, kunnen de tanden scheef gaan staan.

De tong kan niet alleen bij het slikken, maar ook bij het spreken tussen de tanden komen. Slissen is dan het gevolg; het spreken wordt er onduidelijk van.

Overigens komt afwijkend slikken ook voor als er gewoon door de neus geademd wordt.

Een andere afwijkende mondgewoonte is het duimzuigen. Het zuigen op een duim, vinger of speen is normaal bij een baby en peuter, omdat zij nog een grote zuigbehoefte hebben of omdat het veiligheid biedt. Daarna wordt het een gewoonte. De tanden kunnen hierdoor scheef groeien.

Wat doet de logopedist?

De logopedist kan adviseren of en wanneer behandeling nodig is en welke therapie het meest effectief is.

Mondademen moet bij kinderen zo vroeg mogelijk worden gestopt, omdat dit terugkerende verkoudheden en oorontstekingen kan voorkomen. De behandeling zal vooral gericht zijn op lipsluiting. Er worden oefeningen gegeven die de spieren van de tong en lippen versterken; andere oefeningen bevorderen het ademen door de neus. Het afwijkend slikken hoeft pas na de wisseling van de voortanden aangepakt te worden. Soms is het wenselijk het duimzuigen vóór de wisseling van de voortanden af te wennen, omdat dit een nadelige invloed heeft op de gebitsontwikkeling.

Het onderzoek en de behandeling van afwijkende mondgewoonten worden als regel vergoed door de ziektekostenverzekeraars, na verwijzing door huisarts of medisch specialist.