

## Vom richtigen Schlucken

Im Mund besteht normalerweise ein Gleichgewicht zwischen Kiefer, Zähnen und Gaumen auf der einen Seite und den umliegenden Muskelgruppen wie Lippen, Wangen und Zunge auf der anderen.

Fehlfunktionen von Zunge Lippen und Wangen bewirken daher Fehlstellungen von Kiefer und Zähnen.

Von überaus großer Bedeutung ist der hierbei der korrekte Schluckvorgang. Normale Schluckbewegungen formen im Kindesalter den Oberkiefer aus.

Wenn man richtig schluckt, wird dabei die Zungenspitze hinter die vorderen Schneidezähne auf den Gaumen gedrückt. Sie berührt dabei aber keinen Zahn. Mit einer wellenförmigen Zungenbewegung wird dann die Speise am Gaumen entlang in den Rachen befördert. Beim korrekten Schluckakt sind während des gesamten Schluckvorganges die Lippen geschlossen und die Zahnreihen schließen sich erst kurz vor dem eigentlichen Schlucken.

In Ruhe - wenn nicht geschluckt oder gesprochen wird – liegt die Zunge locker hinter den oberen Schneidezähnen am so genannten Zungenruhelagepunkt.

Säuglinge haben eine besondere Art zu schlucken. Bei ihnen presst die Zunge beim Schlucken nach vorne. Diese Art des Schluckens nennt man kindliches Schluckmuster oder auch infantiles Schlucken. Bei manchen Kindern bleibt dieses frühkindliche Schluckmuster aber weiter bestehen.

Bei ihnen presst sich die Zunge beim Schlucken gegen die Zähne und liegt in Ruhe schwer im Mundboden.

Der Mensch schluckt bis zu 2.000 x am Tag, im Durchschnitt 2 x pro Minute. Normalerweise wirkt pro Schluckvorgang durch den Druck der Zunge eine Kraft von 2-3kg auf den harten Gaumen. Wenn diese Kraft nun aber bei einem falschen Schluckmuster gegen die Zähne wirkt, wird verständlich, dass es dadurch zu gravierenden Veränderungen im Gebiss kommt. Durch die ständige Einlagerung der Zunge entsteht ein frontal offener Biss.

Die Schneidezähne werden nach vorne außen gedrückt. Der Oberkiefer entwickelt sich zu hoch und schmal, weil die formbildende Kraft der Zunge am Gaumen fehlt. Die Lippen sind kraftlos. Die Oberlippe ist meist zu kurz, die Unterlippe dick und wulstig. Ein entspannter Lippenschluss ist nicht möglich, so dass zwangsläufig durch den Mund anstatt durch die Nase geatmet wird.

Durch die gesunde Nasenatmung wird die eingeatmete Luft angewärmt, gereinigt und befeuchtet. Diese Kinder neigen daher vermehrt zu Erkältungskrankheiten und Infektionen der Atemwege.

Sie weisen oft erhöhten Speichelfluss auf und leiden häufig unter Ekzemen im Mundwinkelbereich.

Bei ihrer Aussprache hört man das typische Lispeln mit gestörten S- Sch- und Z-Lauten.

Durch eine spezielle Therapie (myofunktionelle Therapie) kann die richtige Zungenlage sowie ein korrektes Schluckmuster erlernt werden. Diese wird von Logopäden durchgeführt, die auf diese Form der Behandlung spezialisiert sind. Durch gezielte Übungen wird dabei die Mund- und Zungenmuskulatur nach und nach verbessert. Schrittweise werden der richtige Zungenruhelagepunkt und die neue Schluckbewegung erlernt, solange bis der neue Schluckvorgang automatisch abläuft.

Ein falscher Schluckakt sollte deshalb unbedingt korrigiert werden. Denn auch wenn später die Zahn- und Kieferfehlstellung mithilfe Kieferorthopädischer Behandlung korrigiert werden, so verhindert doch die weiterhin falsch gerichtete Kraft der Zunge häufig ein stabiles Ergebnis und ein Rückfall ist vorprogrammiert.

