



PIONIZACJA JĘZYKA – to znaczy...?

Co to jest pionizacja języka?

Jest to podniesienie języka w kierunku wałka dziąsłowego. Dla nas logopedów najważniejsza jest **SZEROKA PIONIZACJA JĘZYKA** (czubek języka dotyka okolic za szyjkami górnych zębów siecznych, brzegi języka przylegają do bocznych ścian podniebienia, tył języka uniesiony do podniebienia twardego). Pozycja ta nazywana jest potocznie „kobrą”. Umiejętność ta nie jest wrodzona i rozwija się w oparciu o prymarne czynności (pierwsze próby: lizanie macicy w okresie prenatalnym i „mieczkowanie języka”).

Kiedy pionizujemy język?

Naszą naturalną i prawidłową pozycją języka w momencie, gdy nie mówimy jest tzw. **wysoka pozycja spoczynkowa języka** (**szeroka pionizacja**), inaczej pozycja wertykalno-horyzontalna. Język pionizuje się również wtedy, gdy połykamy (dojrzałe połykanie), oddychamy nosem, jemy oraz gdy artykułujemy aż 19 z 28 podstawowych spółgłosek!! Zatem jest to niezwykle ważna umiejętność dla prawidłowego rozwoju mowy!

Pionizacja języka – standardowe ćwiczenie logopedyczne dla dzieci/młodzieży i dorosłych z nieprawidłową wymową różnych głosek?

W związku z tym, że szeroka pionizacja języka jest niezbędna dla wymowy większości polskich spółgłosek, wiele dzieci z wadami wymowy otrzymuje od logopedów do domu ćwiczenia pionizacji języka. Odpowiednio dobrane ćwiczenia **SZEROKIEJ PIONIZACJI** w dużej mierze wpływają na poprawę wymowy oraz jakości połykania. Wyuczenie się prawidłowej pozycji języka wcale nie jest prostym zadaniem i może trwać nawet kilka miesięcy. Pamiętajmy, że nie każde ćwiczenie pionizacji wywołuje oczekiwany kształt języka! Wiele ćwiczeń artykulacyjnych wymusza podniesienie wąskiego i wydłużonego języka, co może tylko pogłębić istniejącą już wadę wymowy.

Praca nad poprawą wymowy NIE BĘDZIE SKUTECZNA, jeśli nie wypracuje się umiejętności niezbędnych do wykonania określonych ruchów artykulacyjnych np. wywoływanie głoski SZ bez umiejętności pionizacji języka!

Praca nad wymową poszczególnych głosek (np. sz, ż, cz, dż) NIE BĘDZIE SKUTECZNA również w przypadku, gdy dziecko ma nieprawidłową pozycję spoczynkową języka i dysfunkcje połykania!

Dlaczego u niektórych dzieci język się nie pionizuje? Ponieważ:

- mają skrócone wędzidełko podjęzykowe;
- mają wady zgryzu;
- mają obniżone/podwyższone napięcie mięśniowe i słabą sprawność narządów artykulacyjnych;
- mają przerośnięty trzeci migdał lub często łapią infekcje górnych dróg oddechowych → otwarta buzia i oddychanie ustami → osłabienie mięśni aparatu mowy → niska pozycja spoczynkowa języka, wsuwanie języka między zęby;
- zbyt długo używały smoczka;
- zbyt długo karmione były z butelki;
- oddychają ustami;
- ssą palec, smoczek (i inne parafunkcje).

Jakie mogą być konsekwencje braku pionizacji języka u dzieci ?

- nadmierne ślinienie się (słaby, niespionizowany język nie daje rady w odpowiednim tempie odprowadzić śliny do przewodu pokarmowego);
- dysfunkcje połykania (pow. 3 roku życia dziecko wciąż połyka w sposób niemowlęcy: doprzedni ruch języka w stronę zębów i mocna praca warg oraz policzków, nie rozwija się dojrzały sposób połykania);
- wady zgryzu (język pcha się na zęby);
- wady wymowy.