

Uw mond is de hele dag in beweging. Om te eten, te drinken en natuurlijk om te praten. U staat daar waarschijnlijk niet bij stil omdat het vanzelf gaat. Soms is dat niet zo. Sommige mensen hebben mondproblemen. Dat kan komen door duimzuigen of het zuigen op een fopspeen in de kindertijd.

Wist u dat deze gewoonten voor mondproblemen kunnen zorgen? Bijvoorbeeld slissen, een openhangende mond of slikproblemen?

Een logopedist kan dan helpen met het herstellen van het functioneren van de spieren in en rond de mond. Dat is wat we bij Klinq doen. Maar voorkomen is natuurlijk beter dan genezen. Het is dan ook belangrijk om uw kind duimzuigen of het zuigen op een fopspeen tijdig af te leren. In deze folder leest u daar meer over.

KLINQ

.....

#### **Klinq Team**

Hetty Braam  
Paula Oosterhuis-Talens  
Hinke Alie de Boer  
Sandra Sarfo  
Esmee Besteman  
Martine de Groot

.....

#### **Beilen**

Schoolstraat 6  
9411 PB Beilen  
T 06 10610371

#### **Beilen Mondzorg**

Eursingerweg 12  
9411 BB Beilen  
T 06 10610371

#### **Westerbork**

Groeneweg 3  
9431 BJ Westerbork  
T 06 10610371

#### **Smilde**

De Sluiskampen 48  
9422 AP Smilde  
T 06 25226991

#### **Dwingeloo**

Entingheweg 18b  
7991 CC Dwingeloo  
T 0521 590060

#### **Diever**

Raadhuislaan 6  
7981 EM Diever  
T 0521 590060

#### **Hoogeveen**

Leeuweriklaan 7b  
7908 CA Hoogeveen  
T 06 53521229

#### **Hoogeveen**

Lindenlaan 33a  
7907 AT Hoogeveen  
T 06 53521229

.....

## **Klinq Praktijk**

Ons team bestaat uit vijf allround logopedisten en een praktijkondersteuner. De logopedisten hebben daarnaast hun eigen specialisme. Bijvoorbeeld preverbaal logopedie, dyslexie of stottertherapie. U wordt bij ons dus altijd goed geholpen door een deskundige logopedist die goed bij u past.

Bij Klinq staat de hulpvraag van onze cliënt centraal. Waar kunnen we u of uw kind mee helpen? En wat is de beste aanpak? Wat geeft het beste resultaat? We werken daarbij graag samen met verwijzers, andere disciplines, instellingen en scholen. En mocht het nodig zijn om de behandeling volledig af te stemmen op uw omgeving, dan doen we dat vanzelfsprekend. Klinkt best goed, he?

Wilt u meer informatie over wat we allemaal doen? Wilt u weten of we u of uw kind ook kunnen helpen of begeleiden? Neem dan contact met ons op voor een afspraak. U kunt natuurlijk ook op onze website kijken: [www.klinqpraktijk.nl](http://www.klinqpraktijk.nl)

Onze logopedisten zijn allemaal lid van de Nederlandse Vereniging voor Logopedie en Foniatrie en staan ingeschreven in het Kwaliteitsregister Paramedici.



KLINQ

**Dag speen, dag duim!**  
Ongezonde zuiggewoonten  
afleren



KLINQ

**PRAKTIJK VOOR**  
LOGOPEDIE  
PREVERBALE LOGOPEDIE  
STOTTERTHERAPIE  
DYSLEXIE  
LEZEN EN SPELLEN  
REFLEXINTEGRATIE

## De zuigbehoefte van een baby

Een baby heeft de natuurlijke behoefte om te zuigen. Zit uw baby ook vaak lekker op zijn duim, vingertjes of speen te zuigen? Dat is tot ongeveer vier maanden heel normaal. Zo oefent uw kind de spieren om goed te kunnen drinken. Ziet u dat uw baby een duimzuiger wordt? Geef dan een speen. Dat maakt het wat makkelijker om het zuiggedrag later af te leren. Een speen kunt u afnemen, een duim niet.



### Wanneer stoppen met de speen?

Zodra uw baby zelf voorwerpen kan oppakken om in de mond te stoppen, neemt de natuurlijke zuigbehoefte af. De eerste tandjes komen en uw kind gaat op voorwerpen kauwen om alvast eetbewegingen te oefenen. Dat is het moment om te stoppen met de speen. Of om het duimen af te leren.



### Gewoonte in plaats van behoefte

Peuters en kleuters hebben geen zuigbehoefte meer. Als uw kind op die leeftijd nog steeds duimt of op een speen sabbelt, is het een gewoonte geworden.



### Door het zuigen gaan kinderen door hun mond ademen

Normaal gesproken hebben we onze mond gesloten en rust de punt van onze tong tegen het gehemelte

achter de boventanden. We ademen dan door onze neus. Bij kinderen die zuigen op hun duim of op een speen is dat anders. Vaak ligt de tong onderin de mond en rust de tongpunt tegen de onderlip. De mond van het kind blijft in deze aangewende houding makkelijker openstaan, waardoor het kind door de mond gaat ademen en niet door de neus. Dat kan voor problemen zorgen.



### Verstopping van de neus of oren

Iemand die door zijn mond ademt slikt door de verdamping van speeksel minder vaak dan iemand die door zijn neus ademt. Er ontstaat daardoor vaker vochtophoping achter het trommelvlies. Als dat bij uw kind gebeurt, dan hoort hij of zij minder goed, wat niet goed is voor de spraak- en taalontwikkeling.

Als een kind vooral door de mond ademt, stroomt er geen lucht door de neus en hoopt zich daar slijm op. Dat zorgt er vervolgens weer voor dat het mondademen wordt gestimuleerd.



### Gebit en/of kaakafwijkingen

Zuigen op een duim of speen kan zorgen voor afwijkingen aan het gebit of de kaak. Er is minder druk van de lippen of van de tong op

het gehemelte. Of juist extra druk door de duim. Dat kan leiden tot een afwijkende vorm van het gebit (overbeet), een smalle bovenkaak of een te smal gehemelte. Ook kan het zijn dat de tanden van uw kind door de duim of speen niet goed naar elkaar toe groeien. Er ontstaat dan een open beet.



### Afwijkend slikken

Iedere dag slikken we ongeveer 2000 keer. Als de tong daarbij tegen of tussen de tanden of kiezen komt, kan een open beet of een overbeet ontstaan.



### Afwijkende spraak

Het zuigen zorgt voor een verkeerde tonghouding in rust. De kans is groot dat deze tonghouding ook zichtbaar en hoorbaar wordt als uw kind gaat praten. U merkt dat bijvoorbeeld doordat uw kind gaat slissen. Daarbij komt de tong tegen of tussen de tanden.



### Droge mond en tandvleesontsteking

Een ander nadeel van de houding waarbij de mond vaker openstaat, is dat daardoor vaker een droge mond ontstaat. Ook is de kans op tandvleesontsteking groter.



### Het afleren van de zuiggewoonte

Een zuiggewoonte heeft dus veel nadelen. Het is dan ook belangrijk om al op jonge leeftijd te beginnen met het afleren daarvan. Als dat in het eerste levensjaar van het kind gebeurt, kunnen de genoemde gebits- en/of kaakafwijkingen vaak vanzelf herstellen of worden voorkomen.

Als uw peuter nog zuigt op een speen, geef deze dan steeds korter en op vaste tijden. Of geef in plaats van de speen een knuffelbeest voor het gevoel van rust, zekerheid en vertrouwen. U kunt natuurlijk ook ineens stoppen met de speen, maar kies daarvoor wel een geschikt moment uit. Uw kind zal waarschijnlijk wat moeilijker

inslapen zonder de vertrouwde speen. Hoe eerder u de speen wegneemt, hoe makkelijker het voor uw kind is. Stel het dus niet uit.



### Peuters en kleuters

Is uw peuter of kleuter nog een duimzuiger? Leg dan uit waarom het belangrijk is dat hij of zij daarmee stopt. Probeer uw kind af te leiden als het wil gaan duimen. 's Nachts kunt u een pleister om de duim plakken. Kinderen ervaren dit vaak als een moeilijke periode, kies dus een geschikt moment.

Lukt het niet om de zuiggewoonte af te leren? Is er al sprake van open monddrag of slissen? Of constateert u bij uw kind andere problemen die in deze folder aan de orde zijn gekomen? Neem dan contact met ons op. Onze logopedisten helpen u graag verder.

