

Falsches Schlucken

Wussten Sie, dass es ein «falsches» Schlucken gibt? Hierbei ist nicht das «sich Verschlucken» oder der «Schluckauf» gemeint . . .

Schlucken ist ein Reflex, welcher bereits im Mutterleib unbewusst erfolgt und somit die Funktion der Nahrungsaufnahme sichert.

Beim richtigen Schlucken hebt sich die Zunge bei geschlossenem Mund an den Gaumen und macht eine Wellenbewegung nach hinten unten. Beim falschen Schlucken wird die Zunge vorne oder seitlich zwischen die Zahnreihen gepresst. Dies erfolgt meist mit offenem Mund und begleitend mit einer Vorwärtsbewegung des Kopfes. Dieses muskuläre Ungleichgewicht hat negative Auswirkungen auf die Körperhaltung, die Atmung und die Ästhetik.

Nun gut, ernähren können wir uns ja auch so, da beide Varianten schmerzfrei sind. Dennoch kann falsches Schlucken zu einer Veränderung der Zahnstellung führen. Dieser Effekt wird zusätzlich begünstigt durch mangelhaften Gegendruck der Lippen. Um eine langfristig zufriedenstellende kieferorthopädische Korrektur der Zahnstellung zu gewährleisten, sollte begleitend eine myofunktionelle Therapie erfolgen.

Meine Aufgabe als myofunktionelle Therapeutin besteht darin, ein muskuläres Gleichgewicht herzustellen, um korrekte Bewegungsabläufe erlernen zu können.

Annette Schneider, myofunktionelle Therapeutin (MFT)
MAS Cranio Facial Kinetic Science

Salmen-Praxis Dr. med. dent. St. Jeker
Rampenweg 2, Laufen, Telefon 061 761 61 61

MF-Therapie A. Schneider
Zihlackerstrasse 1, Reinach BL, Telefon 061 761 75 81