

Duim-, vinger- en speenzuigen



Logopedisch Centrum Noord



Duimen en zuigen op vingers of speen

Veel jonge kinderen zuigen op hun duim, vingers of een speen. Het biedt troost, veiligheid en kan ervoor zorgen dat je kindje rustig in slaap valt. Bij een baby is deze zuigbehoefte nog heel normaal, maar bij langdurig zuigen kan dit nadelige gevolgen hebben voor de gebitsontwikkeling, de mondmotoriek en mogelijk de spraak. Aangeraden wordt om vanaf 3 jaar het duimen af te gaan leren, het is namelijk belangrijk om voor het doorbreken van de tanden (vanaf ongeveer 5 jaar) het duimen afgeleerd te hebben. Vaak kunnen dan de gevolgen van het duim- of vingerzuigen beperkt blijven.

De gevolgen van duimen

- Duimen leidt vaak tot afwijkingen in de tand- en of kaakstand. Door de druk van de duim, vinger of speen kan er een 'open beet' of 'over beet' ontstaan.
- Mondademen en/of verslapping bij de tong- en mondspieren worden in stand gehouden door duimen. Hierdoor perst bijvoorbeeld de tong zich tegen of tussen de tanden tijdens het slikken. Dit heeft nadelige gevolgen voor de gebitsstand.
- Duimen kan nadelig zijn voor de spraak. De tong kan zo 'lui' worden, dat hij bij de uitspraak van de s, z, t, d, n en l tegen of tussen de tanden schiet.

Logopedie bij Logopedisch Centrum Noord

Wij vertellen u graag over de verschillende mogelijkheden bij ons in de praktijk.

050 541 91 00 | info@logopedischcentrum.nl | www.logopedischcentrum.nl

Hoofdlocatie: Kajuit 438c, 9733 CZ Groningen

Tips om het duim-, vinger- of speen zuigen af te leren

- Ga een aantal dagen na hoe vaak en wanneer uw kind duimt. Bespreek dit met uw kind en leg uit waarom het duimen ongezond is. (scheve tanden, sneller ziek door mondademing).
- Maak het inzichtelijk met een beloningssysteem. Bijvoorbeeld: een schema, stickers plakken of krullen zetten.
 - Start eerst met overdag en breidt later uit naar ook 's nachts.
 - Indien nodig in kleinere stapjes; eerst tijdens momenten overdag, daarna helemaal overdag en uiteindelijk ook 's nachts.
- Gebruik een hulpmiddel zoals bytex, sporttape, duimhuls, handschoen of een doek om de hand.
- Spreek een herinneringsteken af voor momenten dat uw kind toch duimt, zoals een knipoog, fluiten, even stoppen met lezen tijdens het voorlezen, 'zappen' naar andere zender tijdens tv-kijken, of een sticker die op plaatsen wordt geplakt waar het kind vaak komt.
- Gebruik bepaalde autoriteit of situaties. Bijvoorbeeld de logopedist, Sinterklaas, Kerst of een nieuwe baby die het speentje krijgt.

Logopedie topzorg in Groningen, Assen en Haren



Logopedisch Centrum Noord