

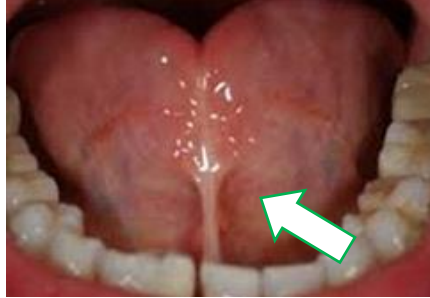
舌小帯について

舌小帯とは



舌の裏側にあるこのスジのことです

舌小帯短縮症



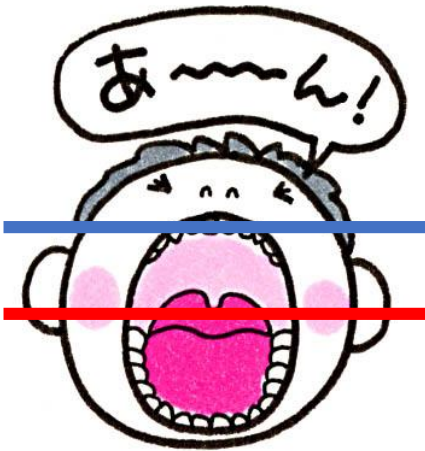
舌小帯が短く、舌の動きが悪くなる

舌小帯短縮症の特徴



舌を前に出すと先がくぼみ、ハート型になる

舌小帯短縮症の判断基準



①大きく口を開ける

②舌を上挙げる

正常：舌が上アゴまで挙がる（青線）

軽度舌小帯短縮症：半分以上は挙がるが上アゴに届かない（赤と青の間）

中等度舌小帯短縮症：舌が半分のところまでしか挙がらない（赤線）

重度舌小帯短縮症：舌が半分も挙がらない

程度による特徴

軽度：ラ行を早口で言おうとすると舌がもつれる感じがあるが、日常生活にほとんど影響はない

中等度：口唇の上下左右をゆっくりなめることが難しく、ラ行がダ行に聞こえることがある

重度：舌を前に出せない、哺乳や発音に問題が生じたり、食べることや飲み込むことが上手にできないことが認められる場合もある

哺乳期の障害：赤ちゃん側は浅飲み、眠り飲み、哺乳に時間がかかる、頻回授乳、体重が増えない、不機嫌など

母親側は乳頭の亀裂、乳頭痛、乳腺の詰まり、乳腺炎、ストレス、不眠、マタニティーブルーなど

治療法

軽度：舌を動かすトレーニングで改善される場合がある

中等度：舌を動かすトレーニングや言語訓練で改善される場合がありますが、トレーニングだけでは舌の動きを改善できない場合は、手術の適応となる

重度：手術の適応となることが多い

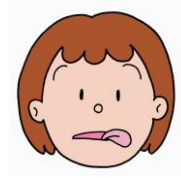
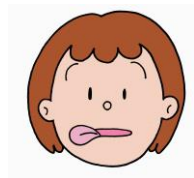
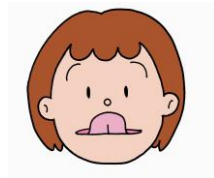
手術後の訓練：手術後は癒着の防止や瘢痕(はんこん)にならないように、術後1～3か月間、舌の機能訓練や言語訓練を行う

手術の時期：舌小帯短縮の程度や機能障害の程度により、手術の時期を決めます。授乳障害がない場合は、発音が完成する5歳ごろまで様子を見て、手術の適応を判断します

自宅でできるトレーニング

機能訓練：舌を動かす訓練

①前に出す ②上くちびるをなめる ③右端をなめる ④左端をなめる



言語訓練：主にう行を発音させる

例) ラッパ



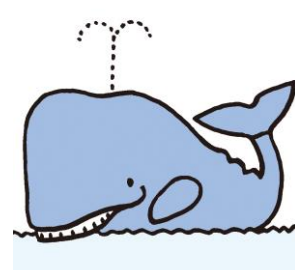
ラッコ



ラクダ



クジラ



※ご不明な点等ございましたら、かかりつけ歯科医
または当センターにお問い合わせください。