

Orofaziale Dysfunktionen/ Myofunktionelle Störungen

Einführung Themengebiet

Orofaziale Dysfunktion – Myofunktionelle Störung (engl.: Orofacial myofunctional dysfunction)

Eine orofaziale Dysfunktion ist eine Muskelfunktionsstörung im Mund- und Gesichtsbereich. Es zeigen sich meist eine statische Fehlfunktion (Zungenruhelage) und eine dynamische Fehlfunktion (Aussprache und Schlucken).

Die Zunge liegt dann in Ruhe an oder zwischen den Frontzähnen oder ist zwischen den offen stehenden Lippen sichtbar. Beim Schlucken bewegt sich die Zunge nach vorne und drückt gegen oder zwischen die Zähne. Dies kann zu Zahn- und Kieferfehlstellungen führen. Es lassen sich Auswirkungen im Sprechen, auf die Gaumenausformung und die Lage von Ober- und Unterkiefer zueinander beobachten.

Die **möglichen Ursachen** werden stets als multifaktoriell beschrieben:

- behinderte Nasenatmung (eventuell wegen vergrößerten Gaumen- oder Rachenmandeln, ständiger Atemwegsinfekte, Allergien) führt zu Mundatmung. Dadurch veränderte Ruhelage der Zunge, der Kiefer zueinander, der Lippen. Dies beeinflusst das Wachstum von Ober- und Unterkiefer und führt zu einer Malokklusion (Bisslage-Problematik).
- orale Habits: langer Daumen- oder Nuggigebrauch über den 2. Geburtstag hinaus. Auch Nägelkauen, Lippen lecken, Einlagern der Zunge in eine Zahnlücke gehört hierzu.
- verspätete Nahrungsumstellung von flüssig (Saug-Schlucken) auf fest (Kau-Schlucken)
- Zahn- und Kieferfehlbildungen (Wechselwirkung von Form und Funktion)
- im Rahmen einer gesamtkörperlichen Einschränkung oder eines Syndroms z.B. Down-Syndrom, Lippen- Kiefer- Gaumenspalte.

Man erkennt die orofaziale Dysfunktion an folgenden **Symptomen**:

- inkompletter Mundschluss, dadurch zum Teil Speichelfluss aus dem Mund
- Unterlippe verdickt, gerötet, nass
- weit oder leicht offene Lippen, dadurch Zungenruhelage addental oder interdental
- Mundatmung tags, meist auch nachts, nächtliches Schnarchen
- Aussprache: /t-d-n-l-s-sch/ werden statt hinter den Zähnen an oder zwischen den Zähnen gebildet
- erhöhte Infektanfälligkeit (Bronchialinfekte, verlegte Nasenatmung, Mittelohrentzündungen)
- Beim Schlucken mit offenen Lippen ist die Zunge hinter, an oder zwischen den Zähnen sichtbar.

Die Zungenruhelage (ZRL)

Die Zungenruhelage ist die richtige Position der Zunge, wenn man gerade nicht isst, spricht oder sich körperlich anstrengt. Die Zunge ist ein kräftiges Muskelbündel, das am Gaumen liegend entscheidend zur Ausformung des Oberkiefers beiträgt. Von der Zungenruhelage aus wird auch geschluckt.

Ist die ZRL nicht richtig, ist meist auch das Schluckmuster falsch – daher:

Zuerst muss die ZRL gelernt werden!

- Die Zungenspitze liegt hinter den oberen Frontzähnen an der kleinen Wölbung („papilla incisiva“), wie beim /n/ sagen.
- Die Zunge hat keinen Kontakt mit den vorderen Zähnen.
- Die Zahnreihen schließen, die Backenzähne liegen (zum Üben) locker aufeinander.
- Die Lippen sind zu.
- Jetzt durch die Nase atmen.



Abbildung 1: Zungenruhelage (ZRL), Kuhrt, S. (2018)

Das Erlernen, Festigen und Automatisieren der ZRL braucht Übung.

Am Anfang nur 3-5 min ZRL halten (ohne Ablenkung), alle 30 sec durch Öffnen der Lippen (mit dem Finger) im Spiegel kontrollieren: Ist die ZRL noch korrekt?

Zum Transfer in den Alltag helfen „Erinnerungspunkte“:

10 farbige Kleber an 10 Orten befestigen: immer wenn man einen Kleber sieht ZRL machen.

Routinen im Alltag vornehmen (also immer wiederkehrende Momente oder Abläufe, die sprechfrei sind): Immer wenn ich...

Bsp: Mich im Unterricht melde, wenn ich eine Türe öffne, wenn ich mein Natel in die Hand nehme, wenn ich am PC schreibe, etwas mit einem Stift schreibe, mir etwas zu trinken einschenke.

Bei einer ausgeprägten orofazialen Dysfunktion/ myofunktionellen Störung ist die Zusammenarbeit von verschiedenen Fachpersonen (ORL-Arzt, Kieferorthopädie, Logopädie, Osteopathie/Physiotherapie) notwendig und sinnvoll für ein stabiles Behandlungsergebnis.

Konkrete Fördertipps

Folgende Übungen unterstützen das muskuläre Gleichgewicht im Gesichts- und Mundbereich, die Nasenatmung und das korrekte Schlucken.

- Saugen: Mit Strohhalm mit unterschiedlichem Durchmesser trinken, auch Dickflüssiges (z.B. Pudding, Joghurt, Wackelpeter, usw.) mit einem Strohhalm hochsaugen, Spaghetti ansaugen, verschiedene Materialien mit oder ohne Strohhalm ansaugen (z.B. Maltesers, Gummibärli usw.).
- Kauen: Unterschiedliche, feste Nahrungsmittel essen (z.B. harte Äpfel, Nüsse, Karotten, Brotrinde, Kaugummi usw.). Dabei auf den Lippenschluss beim Kauen achten.
- Pusten: Kerzen auspusten, Seifenblasen, Wattebausch herumpusten, Pfeifen, Luftballon aufblasen, mit Strohhalm blasen.
- Mit der Zunge die Zähne putzen: beim offenem und bei geschlossenem Mund.
- Die Zunge bei offenem Mund gerade herausstrecken, danach ganz weit in den Mund zurück ziehen.
- Mit locker aufeinanderliegenden Lippen summen.
- Mit beiden Lippen ein kurzes Stück Faden halten.
- Ein Faden wird mit vielen Knoten versehen. Dieser Faden wird langsam zwischen beiden Lippen hindurch gezogen. Der Spieler zählt die Knoten.
- Mit beiden Lippen einen Zahnstocher/Spatel/Trinkhalm halten.
- Mit locker geschlossenen Lippen ein zuckerfreies Bonbon lutschen oder einen zuckerfreien Kaugummi kauen.
- Gewohnheiten wie Daumenlutschen und „Nuggi“ abgewöhnen.
- Bewegung und Sport jeder Art, insbesondere Tanzen, Schwimmen, Kampfsportarten
- Geschicklichkeitsspiele (z.B. Jenga, Turmbau zu Babel, Mikado, Stapelmännchen) mit Zungenruhelage spielen.
- Spiele: Mimix, Grimassimix
- Geschichten erzählen und entsprechende Übungen mit den Lippen, der Zunge und dem Kiefer machen (siehe Anhang 1 bis 3).
- Essbare Gegenstände wie Salzstangen, Nüsse, Rosinen werden mit den Lippen aufgesammelt.
- Flüssigkeitsmassage: einen Schluck Wasser im Mundraum hin und her bewegen und mit geblähten Lippen halten (z.B. immer nach dem Zähneputzen).

Folgende Übungen helfen, einen dauerhaften Mundschluss zu erzielen:

- Ein überkreuz über den Mund geklebter Klebefilmstreifen oder Heftpflaster soll deutlich machen, dass ein Mundschluss über einen etwas längeren Zeitraum möglich ist.
- Bei häuslichen Beschäftigungen wird ein Faden locker mit geschlossenen Lippen gehalten.
- Bei sprachfreien Spielen wird ein Holzspatel/Knopf/Gummiring/Reiskorn locker mit geschlossenen Lippen gehalten.
- Die Dauer des Mundschlusses wird gemessen. Das Ergebnis kann in eine Mundschlussstabelle eingetragen werden (siehe Anhang 4).
- Stichwort: Krokodil. Die Eltern überlegen sich mit ihrem Kind ein Stichwort, bei dem das Kind seinen Mund schliesst oder daran denkt.
- Markierungspunkte in das Zimmer kleben.

- Pluspunkt: Immer wenn das Kind von einem Familienangehörigen mit geschlossenen Lippen gesehen wird, erhält es einen Pluspunkt (z.B. einen Klebepunkt). Nach ca. 20 erreichten Punkten erhält das Kind ein kleines Geschenk.
- Spiel: Papierrüssel/Luftballon mit Nase aufblasen – regelmässig täglich durchführen.

Lachmuskeln

- Heben die Mundwinkel

Augenringmuskeln

- Hilft anderen Muskeln zur Bewegung
- Schutzfunktion

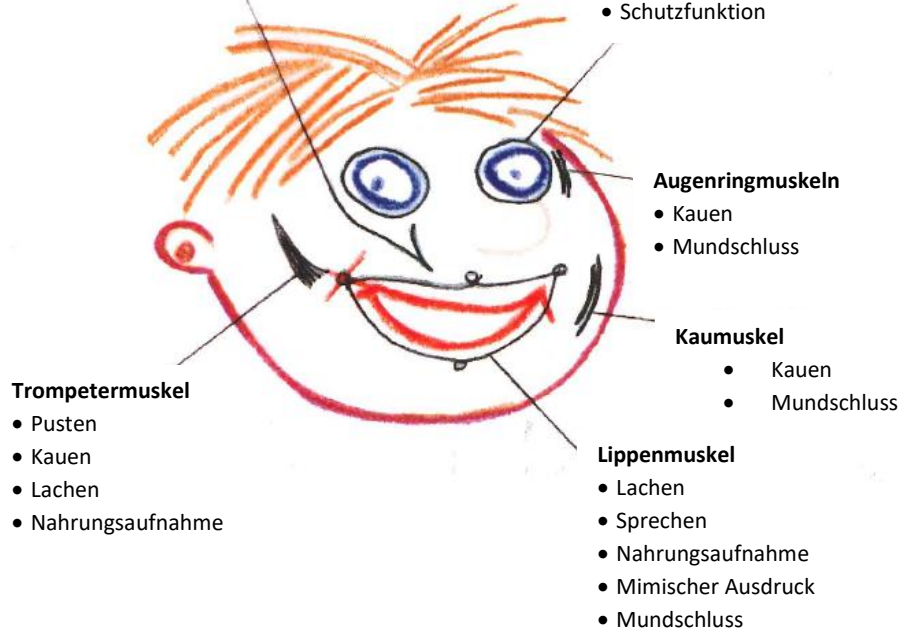


Abbildung 2: Information Gesichtsmuskeln. Hier sehen Sie einige der Muskeln, die bei den Spielen trainiert werden. Sie arbeiten miteinander und trainieren sich auch gegenseitig. (Struck und Mols 2004, S. 123)

Kontaktdaten LDS

Leitung:

Nicole Cavegn
 Logopädischer Dienst Surselva
 Glennerstrasse 22a
 CH-7130 Ilanz/Glion
 E-Mail: nicole.cavegn@bzs-surselva.ch
 Tel.: 081 926 25 14

behandelnde Logopädin:

Quellen, Links, Literatur

Deutscher Bundesverband für Logopädie e.V.: www.dbl-ev.de

Informationen zum Spracherwerb von Kindern (Sabrina Disabato und Ann-Sabine Künzler):
www.kindersprache.ch

Kuhr, S. (2018): Das SZET-Konzept. Fortbildungsskript.

Praxis für Logopädie, Anita Kittel: www.anitakittel.de

Struck, V. und Mols, D. (2004): Das MundWerk. Training für die Sprechwerkzeuge. Verlag modernes Lernen, Dortmund.

SZET-Konzept: Schlucken und Zungenruhelage effizient therapieren. Steffi Kuhr: www.szet-konzept.de

Anhang

1. Zungenübungen: Die Geschichte von der Maus (für den Kindergarten)

Es ist morgens um sieben Uhr, die Sonne scheint schon, die Vögel zwitschern und das Mäuslein schläft noch. Es hat verschlafen (Zunge liegt flach im Mund, Schnarchen).

Plötzlich wacht es auf und reibt sich verwundert die Augen. Es läuft zum Fenster (offener Mund) und schaut rechts und links hinaus (Zunge rechts und links aus dem Mund).

Doch weil es nicht genug sehen kann, steigt es auf das Balkongeländer (Zunge auf die Unterlippe) und läuft dort hin und her (Zunge leckt Unterlippe ab von einem Mundwinkel zum anderen), um zu sehen, was draussen alles passiert. Da bekommt das Mäuschen Lust, einen Spaziergang zu machen. Es läuft ganz schnell aus dem Haus (Zunge gerade herausstrecken).

Doch kaum ist es draussen, da fällt ihm ein, dass es seine Sonnenbrille vergessen hat. Es läuft schnell noch einmal in den zweiten Stock (Zunge zur Nase).

Dann holt es sich noch aus dem Keller etwas zu trinken (Zunge ans Kinn).

Es wirft die Tür zu und klemmt sich dabei die Pfote ein (auf die Zunge beißen).

Das Mäuschen kommt auf seinem Spaziergang zuerst zum Spielplatz. Dort steigt es auf die Wippe (Zunge rauf und runter),

fährt Karussell (Lippen mit der Zunge umfahren),

dann macht es noch einen Handstand (Zunge an den Gaumen).

Das Mäuschen geht weiter und trifft unterwegs ein anderes Mäuschen. «Hallo du, willst du nicht mit mir gehen?» Doch das andere Mäuschen hat ein Gipsbein (schnalzen)

Und kann nicht gut gehen. So geht unser Mäuschen allein weiter. Es klettert auf einen Berg (Zunge an die Nase)

Und taucht im Bach nach Fischen (Zunge ans Kinn).

Danach macht es sich wieder auf den Heimweg. Unterwegs muss es noch durch einen Tunnel (Lippen nach vorne stülpen, Zunge durchstrecken).

Als es dann noch der Katze begegnet, pfeift es vor lauter Angst (pfeifen),

doch es kann sich noch retten. Zu Hause angekommen hat es dann grossen Hunger und isst sich ganz dick voll (Zunge breitmachen).

Dann sucht es sich ein schönes Schlafplätzchen (Zunge in rechte und linke Wange, suchend) und legt sich hin zum Schlafen (Zungenruhelage).

nach Ulrike Franke

2. Mumo-Geräuschgeschichte: Dä fuul Indianer

Dä indianer schloft i sinem Tipi.

SCHNARCHEN

Wonär verwachet, do mues er ganz luut gähna.

GÄHNEN

Är stoht ufu nd macht da Rissverschluss vo sinem Tipi uf.

«SSSIT»

Sin Buuch knurrt vor Hunger und er schleckt sich d'Lippa bim Gedanka an Zmorga

LIPPEN SCHLECKEN

Mit luutem Schmatza isst er sis Honigbrot.

SCHMATZEN

Noch am Ässa pfiift er sinem Ross.

PFEIFFEN

Er schwingt sich in Sattel und ritet furt dur d'Prärie.

SCHNALZEN

Denn ritet er dur da Sumpf

SCHMATZEN

Nochher kunnt er zum Fluss und ritet über d'Brugg.

«TO-TOGG-TO-TOGG»

Jetzt isch es scho Mittag und da indianer hät scho wieder Hunger. Bim Ässa schmatz är wieder ganz luut vor sich hi.

SCHMATZEN

Näbet ihm graset sis Ross.

SCHMATZEN MIT /CH/

Nochem Zmittag macht är natürlich as Mittagsschlöfli.

SCHNARCHEN

Woner wieder verwacht isches scho fascht Obet. Drum muas är jetzt pressiara zum no zu sinem Tipi cho bevors dunkel wird. Ganz schnäl pfiift er sinem Ross.

PFEIFFEN

Alles ganz schnell:

Er ritet zugg über d'Brugg

«TO-TOGG-TO-TOGG»

Denn dur da Sumpf

SCHMATZEN

Und dänn dur d'Prärie

SCHNALZEN

Är häts grad no gschaftt bevors ganz dunkel worda isch

PFEIFFEN («UFF»)

Dä fuul Indianer isch natürlich scho wieder müed, aber bevor er go schlofa goht, isst är no schnell Znacht.

SCHMATZEN

Denn krücht er i sis Tipi und macht da Rissverschlus zua.

«SSSIT»

Und kurz druf aba ghört ma ihn scho wieder schnarcha.

SCHNARCHEN

3. Mumo-Geschichte: Der kleine Zwerg (ca. bis 2. Klasse)

Mund = Haus Zunge = Zwerg

Im Haus wohnt der Zwerg. Er schläft noch.	Zungenruhelage, Lippen locker geschlossen
Nun erwacht er und streckt den Kopf aus dem Fenster. Schau, die Sonne scheint!	Zunge gerade rausstrecken
Schnell öffnet der Zwerg die Fensterläden links und rechts.	Zungenspitze in die Mundwinkel
Sind die Leute im oberen und im unteren Stock auch schon wach?	Zungenspitze gegen die Nase und gegen das Kinn
Der Zwerg zieht die Sonntagsschuhe an und geht spazieren rund um das Haus. Aufgepasst! Nicht über den Wegrand hinaustreten!	Mit der Zungenspitze die Lippen lecken, nicht über den Lippenrand hinausfahren
Der Gartenzaun ist schmutzig. Mit einem Lappen putzt der Zwerg ihn sauber, innen und aussen, bis ganz hinten.	Mit der Zunge die Zähne lecken
Genug gearbeitet! Der Zwerg geht turnen an der Stange, oben und unten schwingt er vor- und rückwärts.	Die Zungenspitze wechselt vor und hinter die oberen (unteren) Schneidezähne
Jetzt hat er Durst. Er trinkt mit dem Trinkhalm.	Zungenröhrli, evt. Mit Trinkhalm und Wasser saugen und blööterle
Die Katze kommt und macht einen Buckel. Erst unten, dann umgekehrt.	Zungenspitze hinter die unteren Schneidezähne, Zungenkörper nach vorn drücken
Sie hat auch Durst. Sie lappt Milch.	Zungenspitze leckt die Innenseite der unteren Schneidezähne
Der Zwerg geht ins Haus zurück, steigt auf den Estrich und geht hin und her. Der Estrich ist niedrig, der Zwerg spürt die Decke.	Zungenspitze fährt den Harten Gaumen von vorne nach hinten entlang bis zum weichen Gaumen
Er schlägt Nägel ein, vorn, in der Mitte und ganz hinten.	Schnalzen an verschiedenen Stellen.
Da hört der Zwerg ein Pferdchen auf der Strasse.	Schnalzen mit breiten und runden Lippen.
Das Pferd schnaubt	Lippen vibrieren, auch mit der Zunge dazwischen
Nun hat der Zwerg Hunger. Er holt die Pfanne, um Suppe zu kochen.	Zunge bildet Mulde auf dem Mundboden.
Da der Zwerg Durst hat, holt er eine Flasche und entkorkt sie.	Lippen aufeinanderpressen, Luft im Mundraum stauen, Lippen explosionsartig öffnen
O weh, dem Zwerg ist etwas passiert: Er het müese fürzle ...	Entsprechendes Geräusch durch gespannte, wenig geöffnete Lippen
Schnell versteckt sich der Zwerg im Mund. Wo steckt er wohl? Siehst du ihn?	Zunge drückt die Wange an verschiedenen Orten heraus, Mund geschlossen
Jetzt spielt er Fussball gegen den Finger.	Wie oben, Finger drückt gegen die Ausbuchtung
Der Zwerg ist müde und legt sich ins Bett. Ganz faul liegt er da, seine Füße berühren die Bettstatt.	Zungenruhelage, Lippen locker geschlossen
Leise singt der Zwerg ein Lied: «mmmmm»	Summen mit Zungenruhelage und Lippen locker geschlossen

4. Übungspläne

Übungsplan-Plan (1 Woche):

			
MO			
DI			
MI			
DO			
FR			
SA			
SO			

Nur die tägliche und wiederkehrende Erinnerung von Ihrer Seite kann das Ess- und kaverhalten dauerhaft ändern. Es ist eine Gewohnheit, die verändert werden muss. Das «neue Programm» ist noch nicht abgespeichert. Selbst wenn die Muskeln es schon können, müssen Sie Ihr Kind über einen längeren Zeitraum (bis zu einem Jahr) daran erinnern.

Übungs-Plan (1 Monat):

MO	✓	MO		MO		MO	
DI		DI		DI		DI	
MI		MI		MI		MI	
DO		DO		DO		DO	
FR		FR		FR		FR	
SA		SA		SA		SA	
SO		SO		SO		SO	

Nur die tägliche und wiederkehrende Erinnerung von Ihrer Seite kann das Ess- und kauverhalten dauerhaft ändern. Es ist eine Gewohnheit, die verändert werden muss. Das «neue Programm» ist noch nicht abgespeichert. Selbst wenn die Muskeln es schon können, müssen Sie Ihr Kind über einen längeren Zeitraum (bis zu einem Jahr) daran erinnern.