

## «Логопедический массаж: когда и кому показан, техника проведения»

Учитель-логопед: Щербаха Н.Б.



Логопедический массаж — это технология, помогающая улучшить звукопроизношение у детей, подростков и взрослых. Чаще используется в работе с детьми, в том числе для запуска речи при задержке речевого развития. Логомассаж назначают при выраженном нарушении мышечного тонуса артикуляционного аппарата — ослаблении или усилении. Однако у метода есть и противопоказания, разберем все подробнее.

### Что такое логопедический массаж

Логомассаж — это массирование пальцами или специальными инструментами отдельных зон речевого аппарата. Цель — активировать слабые элементы или нормализовать тонус чрезмерно активных участков.

➔ Логомассажист может воздействовать на мышцы:

- лица;
- языка;
- губ;
- шейно-воротниковой зоны и плечей;
- неба и других частей речевого аппарата.

Снизить тонус помогают плавные движения, например, легкие поглаживания. Повысить — интенсивные движения вроде похлопываний и пощипываний. В зависимости от особенностей случая может понадобиться только снижение или только повышение тонуса мышц, либо смешанная работа.

Логопедический массаж используют перед началом артикуляционной, дыхательной или голосовой гимнастики. Это помогает убрать физиологические особенности, мешающие ребенку или взрослому правильно произносить звуки. В противном случае эффект гимнастики может быть снижен, ведь при недостаточном или избыточном тонусе мышц как бы клиент ни старался, у него могут возникнуть трудности с выполнением упражнений. В некоторых случаях возможно совмещение массажа и гимнастики или плавное подключение последней.

## Виды логомассажа

Есть 2 вида логопедического массажа для детей и взрослых:

- **ручной** — логомассажист разминает, растирает, поглаживает, постукивает, пощипывает мышцы пальцами или точечно воздействует на биологически активные точки;
- **аппаратный** — логопед использует специальные зонды (инструменты, похожие на ручку, но с разными наконечниками), шпатели, зубные щетки или вакуумное, вибрирующее оборудование.

Кроме этого, есть самомассаж. Ребенок может самостоятельно растирать лицо и язык — специалист покажет, как это делать. Также родители после консультации с логопедом и по его рекомендациям могут заниматься с ребенком в домашних условиях.

Но назначить процедуру может только невролог, логопед или педиатр после полноценной диагностики. А для проведения сеанса нужно знать основы логопедического массажа, быть хорошо знакомым с техникой. В противном случае можно навредить, ухудшить состояние.

### Пример проведения ручного логомассажа

В качестве примера разберем логопедический массаж ребенку для развития речи. Необходимо выполнять плавные, поглаживающие движения в особом порядке:

- от основания к кончику языка — продольная мышца;
- от центра к краям — поперечная;
- по всему языку круговыми или спиралеобразными движениями;
- по уздечке сверху вниз.

Можно дополнить логомассаж языка легкими похлопываниями по всей его площади и едва заметным надавливанием на продольную мышцу.

### Показания и противопоказания для логомассажа

Логопедический массаж показан при дизартрии, заикании, логоневрозе, ринолалии, афазии, апраксии и других речевых нарушениях у детей и взрослых. Кроме этого:

- при повышенной активности лицевых мышц;
- непроизвольном чрезмерном слюноотделении;

- неврологических нарушениях, вызывающих нарушения в работе артикуляционного аппарата;
- параличах и парезах отдельных мышц;
- общем недоразвитии речи (ОНР);
- восстановлении после инсульта и травм, вызвавших проблемы с речью.

Противопоказания к логомассажу для детей и взрослых:

- воспалительные заболевания вроде дерматита, стоматита, конъюнктивита, герпеса;
- кариес и другие проблемы, воспаления, нагноения в полости рта;
- период простуды, гриппа или отдельные симптомы, начало болезни (увеличенные лимфоузлы, повышенная температура, насморк, кашель);
- фурункулез, любые высыпания, царапины и ссадины на лице;
- сердечно-сосудистые заболевания;
- эпилепсия;
- детский возраст до 6 месяцев.

При ДЦП, синдроме Дауна и аутизме логомассаж нужно применять с особой осторожностью. Приемы логопедического массажа, подходящие для конкретного случая, выбирает логопед.

### **Как проходит сеанс массажа?**

В логопедии массаж нужно делать за 2 часа до приема пищи или за 1,5–2 часа после него. Проводить процедуру можно дома и в кабинете специалиста.

Клиент занимает удобное положение лежа, сидя или полусидя, массажист начинает воздействие. Предварительно эксперт рассказывает, что и для чего будет делать. Важно, чтобы клиент чувствовал себя в безопасности, мог расслабиться.

Перед основным массажем в качестве подготовки дефектолог проводит общий расслабляющий массаж лица.

Логопед работает теплыми, чистыми руками в перчатках. На пальцах не должно быть украшений, ногти должны быть аккуратно и коротко подстрижены. Как и клиент, специалист должен быть здоров, без высыпаний или других поражений на коже.

### **Результаты логопедического массажа**

В результате логомассажа происходят позитивные изменения:

- произношение звуков становится четким и правильным;
- речевое дыхание нормализуется;
- состояние голосовых связок улучшается;
- голосовая сила увеличивается;
- нервная система и общая мускулатура укрепляются (дополнительный эффект).
- У неговорящих детей массаж запускает речь.

➔ Что немаловажно — в результате устранения речевых проблем улучшается настроение ребенка, растет уверенность в себе. Проблемы с речью могут мешать строить отношения со сверстниками, учиться, проявляться в обществе. Ребенок может думать, что с ним что-то не так, стесняться своих особенностей. После логокоррекции он избавляется от мысли «Я какой-то не такой» и психологического напряжения.

### **Сколько нужно сеансов логомассажа, чтобы восстановить произношение?**

Эффект от логопедического массажа при алалии, ринолалии, других нарушениях и ОНР накопительный, поэтому рекомендуется проходить его курсами: по 10-20 дней с перерывами в 2–6 месяцев. Общая продолжительность массажа и интервалы на «отдых» зависят от конкретного случая, диагноза и прогресса.

В рамках одного курса можно проводить занятия ежедневно или через день. Длительность одного сеанса — от 5 до 25 минут. Зависит от особенностей клиента и диагноза. В большинстве случаев логопед постепенно наращивает время процедуры, например, начинает с 5 минут и прибавляет по 5 минут на сеанс.