

Массаж зубной щеткой

Для данного вида массажа используют чистую зубную щетку, которая предназначена только для данной процедуры, т.е. не используется для чистки зубов. За счет своих ворсинок она хорошо разминает язык. Плюс в том, что массаж зубной щеткой можно проводить самостоятельно дома.

Последовательность действий примерно следующая:

- Под язык нужно подложить сложенный бинт или бумажную салфетку – это необходимо для сбора слюны, которая будет активно выделяться в течение занятия. По мере намокания их нужно менять.
- Перед выполнением процедуры нужно сказать ребенку, чтобы он расслабил язык настолько, насколько он может.
- Сначала выполняются круговые разминающие движения по спинке языка. Нажим несильный.
- Далее выполняем поглаживания по всей площади языка. Движения должны быть прерывистыми, как во время чистки зубов.
- Далее ребенок должен напрячь язык и приподнять его к нёбу. Массируем нижнюю часть языка и ямку под ней.

Во время выполнения упражнений нужно следить за состоянием ребенка, чтобы не вызвать у него рвотный рефлекс.

