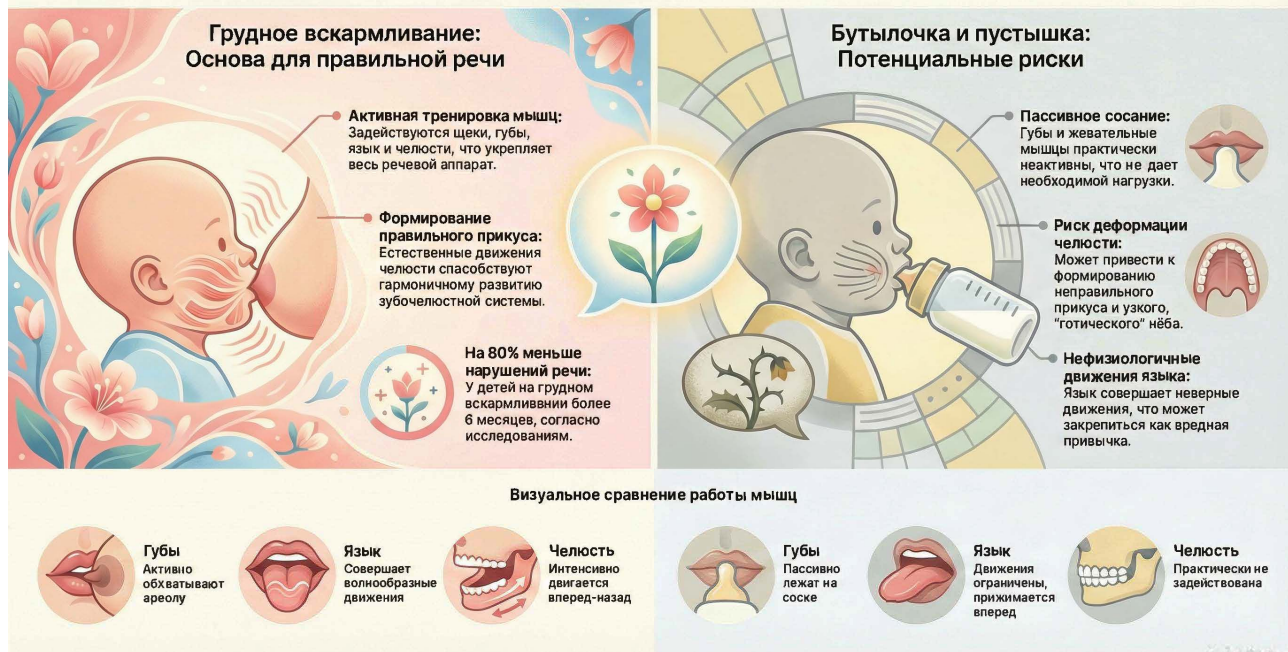


ГРУДНОЕ ВСКАРМЛИВАНИЕ

Кормление и Речь: Как Способ Вскармливания Влияет на Развитие Ребенка



Питание является одной из базовых потребностей новорожденного, и природа устроила всё так, чтобы с первых минут жизни ребёнок мог самостоятельно удовлетворить эту потребность. Новорожденный, руководствуясь врожденными генетическими программами и ориентируясь на запах матери, инстинктивно продвигается по её животу, находит грудь и присасывается к ней. Это не обучаемое поведение, а глубоко заложенный биологический механизм выживания.

Грудное молоко является оптимальной пищей для всех новорожденных. Помимо полноценного питания ребёнок получает телесную близость, тепло, заботу и чувство безопасности. Всё это закладывает важнейшие основы дальнейшего физического, эмоционального и психического развития. Именно поэтому Всемирная организация здравоохранения и ЮНИСЕФ рекомендуют исключительно грудное вскармливание в течение первых шести месяцев жизни.

Важно понимать, что грудное вскармливание - это не просто способ кормления. Это особая форма взаимодействия матери и ребёнка, мощный регулятор состояния младенца и эффективный способ его успокоения.

Чтобы понять, почему грудное вскармливание настолько значимо, важно разобраться, что происходит во рту ребёнка в момент сосания. Во время прикладывания верхняя и нижняя губы вытягиваются и плотно охватывают сосок вместе с ареолой. Это создаёт герметичность, предотвращает попадание воздуха и утечку молока. Кончик языка располагается неподвижно над нижней десной.

В процессе сосания язык выполняет волнообразные перистальтические движения, которые взрослый человек не способен воспроизвести. Движение начинается с передней части языка, которая прижимает сосок к твёрдому нёбу, и распространяется назад до корня языка, соприкасающегося с мягким нёбом.

Эти волны повторяются примерно каждые 0,8 секунды. За одно кормление язык может выполнить от 800 до 1000 таких движений.

Перистальтические движения позволяют сжимать и растягивать сосок, обеспечивая эффективное извлечение молока. При глотании ведущая роль принадлежит языку, и молоко сразу направляется в пищевод. Исследования с использованием ультразвука показали, что при глотании кончик языка поднимается, помогая продвигать молоко вниз.

Правильный захват груди обеспечивает активную работу мышц языка, губ, щёк и мягкого нёба. Это напрямую влияет на дальнейшее развитие артикуляционных навыков. Движения, формируемые в процессе сосания, являются базой для таких артикуляционных позиций, как вытягивание губ трубочкой, необходимое для произношения многих звуков.

Таким образом, чем дольше ребёнок находится на грудном вскармливании, тем больше развивается его артикуляционный аппарат. В работу включаются губы, щёки, язык и мягкое нёбо - все структуры, без которых невозможно физиологическое формирование речи.

Научные исследования подтверждают эту связь. Компания Pigeon первой с помощью ультразвука описала ключевые механизмы сосания. Исследование логопеда-дефектолога Новиковой, охватившее 936 детей 5–7 лет, показало, что при грудном вскармливании более 6 месяцев нарушения речи выявлялись лишь у 14,5% детей, и в основном это были лёгкие физиологические замены звуков. В группе детей с коротким периодом грудного вскармливания сложные речевые нарушения наблюдались в 80% случаев.

Дополнительные данные получены в 2013 году в исследованиях Гарвардской медицинской школы и Детской больницы Бостона. Дети, находившиеся на грудном вскармливании до 12 месяцев, имели более богатый словарный запас в возрасте трёх лет.

Отдельного внимания заслуживает влияние соски и бутылочного кормления. Соской считается любой предмет, имитирующий сосок и предназначенный для удовлетворения сосательного рефлекса. Формирование мышц рта продолжается примерно до 3,5 лет, и потребность в сосании сохраняется в среднем до 3–4 лет. Однако регулярное использование пустышки способно приводить к формированию неправильного прикуса и орофациальных дисфункций.

Постоянное давление пустышки на нёбо усугубляет формирование готического нёба. Язык, являясь мощной мышцей, в норме оказывает давление, способствующее расширению нёба. При его отсутствии нёбо остаётся узким, что затрудняет глотание и звукопроизношение.

Исследования Бертранда ещё в 1968 году показали, что у детей в Африке, вскармливаемых грудью до 3–4 лет, нормальное формирование зубочелюстной системы наблюдалось в 99% случаев. В то время как у европейских детей частота недоразвития нижней челюсти и нарушений прикуса значительно выше.

Работы Broad 1972–1975 годов также подтверждают, что у детей, находившихся на естественном вскармливании, показатели чистоты и тональности звуков были значительно выше, чем у детей на искусственном вскармливании.

При кормлении из бутылочки, особенно с большим отверстием в соске, ар-

тикуляционная система тренируется недостаточно. Сохраняется инфантильная схема глотания с выталкиванием языка вперёд, что препятствует формированию жевательных движений и способствует развитию гипотонии и орофациальной дисфункции.

Моторное ощущение играет ключевую роль в артикуляции. Развитие речевых движений опирается на врождённые сосательные, глотательные и дыхательные рефлексы. Кинестетическое чувство формируется за счёт тактильной стимуляции органов речи и слуха.

Сосание и глотание начинают формироваться ещё в пренатальном периоде. Глотательный рефлекс появляется на 12–16 неделе беременности, сосательный — на 18–24 неделе. Дыхательные движения формируются примерно с 30 недели. Эти механизмы обеспечивают готовность ребёнка к жизни вне утробы.

Полость рта становится для новорождённого первым инструментом познания мира и коммуникации. Язык играет роль своеобразной тактильной лупы, усиливая сенсорные ощущения. Его представительство в коре головного мозга непропорционально велико, что подчёркивает его функциональную значимость.

Путаница сосания возникает тогда, когда ребёнку приходится адаптироваться к разным моделям сосания — груди и бутылочке. Это может приводить к нарушениям координации и моторных паттернов.

В постнатальном развитии язык становится ключевым органом дыхания, глотания, сосания и в дальнейшем речи. В процессе сосания активно работают две мышечные системы — циркулярная и радиальная. Их согласованная работа обеспечивает формирование отрицательного давления и эффективное извлечение молока.

При сосании груди губы активно участвуют в захвате, жевательные мышцы работают, нижняя челюсть выдвигается вперёд, язык обхватывает ареолу снизу. При сосании бутылки губы и жевательные мышцы часто остаются пассивными, язык смещается назад, а мышцы подбородка перенапрягаются, компенсируя нефизиологичную нагрузку.

Прорезывание зубов и введение прикорма запускают созревание жевательных и глотательных движений. Однако при сохранении нефизиологических паттернов сосания эти процессы могут задерживаться на годы, что негативно отражается на артикуляции и речевом развитии.

В итоге можно сделать вывод, что развитие полости рта играет ключевую роль в познании мира и формировании речи. Основными формирующими функциями являются дыхание, сосание, глотание, жевание и кусание. Любое нарушение в этой системе запускает цепочку компенсаторных адаптаций, которые отражаются на симметрии лица, работе ВНЧС и речи.

Все системы организма взаимосвязаны. Без полноценного грудного вскармливания невозможно полноценное формирование артикуляционного аппарата, а значит и речи.