

Қ.А.Ясауи атындағы Халықаралық қазақ- түрік университеті



Тақырыбы: Ортодонтиялық ем әдістері.МИОГИМНАСТИКА

Қабылдаған:Ерназарова.Б.А.

Орындаған:Кидирова.Д.А.

Тобы:СТК-436

Жоспары:

- Кіріспе.
- Негізгі бөлім .
- ✓ Миогимнастика туралы түсінік, қолданылуы, маңызы.
- ✓ Миогимнастика түрлері
 - Қорытынды.
 - Пайдаланылған әдебиеттер.

Кіріспе

- Емдік гимнастиканың маңыздылығы жақ – бет аймағының аномалиялары мен деформацияларының алдын алу үшін және хирургиялық еммен бірге, емнен кейін, қолданылады. Ол күшті биологиялық стимулятор болып табылады. Ешқандай дәрігердің қатысуынсыз науқас өзі күнделікті жасай алады. Ем нәтижесіне өте үлкен көмек болып табылады.

Миогимнастика

- Бұлшықеттердің жұмысын реттеуге арналған емдік және профилактикалық мақсатта қолданылатын емдік бұлшықеттерді шынықтырудың әдісі болып табылады. Миогимнастика ХІХ ғасырдан бастап қолданыла бастаған. Бірақ оны жүйелі түрде 1917 жылы Роджерс ұсынған, ол мимикалық және шайнау бұлшықеттерін тірі реттеуші аппарат деп есептеген. Миогимнастиканы науқас өздігінен немесе аппараттар көмегімен жасауына болады.

Қалай жүргізілуі керек:

- Бұлшықеттер максимальды амплитудада жиырылу керек.
- Қимылды аз күштен бастап көпке созу.
- Әр жиырылудан кейін бір екі секундтық пауза жасау
- Әр қимылды бұлшықеттің кішкене шаршағаны білінгенше жасау.
- Төрт жастан жеті жасқа дейінгі балалар арасында өте тиімді болып келеді.

Ашық тістемге арналған жаттығулар

- Жаттығу алдыңғы сияқты жасалады бірақ қысыммен. Ортаңғы және көрсеткіш саусақты азу тістер орналасқан аймаққа ұртқа қойып, төменгі жақтың көтерілуіне жол бермеу.
- Қарындаш немесе таяқшаға резиналы трубканы кигізіп алдыңғы тістермен тістеу. Бұлшықеттер шаршағанша істеу керек.

Терең тістем кезінде қолданылатын МИОГИМНАСТИКА

Науқас тұрып, иығын және қолын артқа жіберіп, иегін жоғары көтереді. Осы қалыпта төменгі жақ сүйегінің денесін алдыға ақырын жылжытады. 10-15 сек тұрып, бастапқы қалыпқа келеді. Осы қимылды 10 рет, күніне бірнеше рет қайталау керек.

Бір айдан кейін осы жаттығуды дәл осылай, бірақ төменгі жақтың алдыңғы тістерін жоғарғы жақтың алдыңғы тістерінен алдыға шығарып жасау.

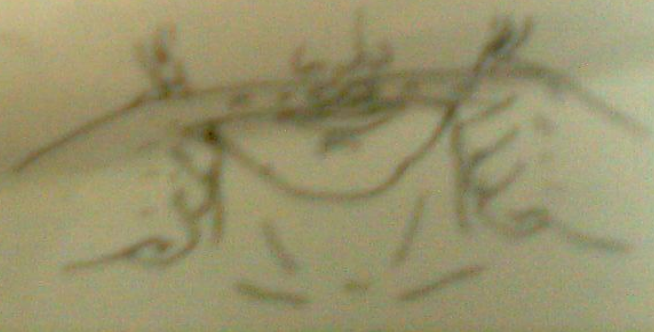
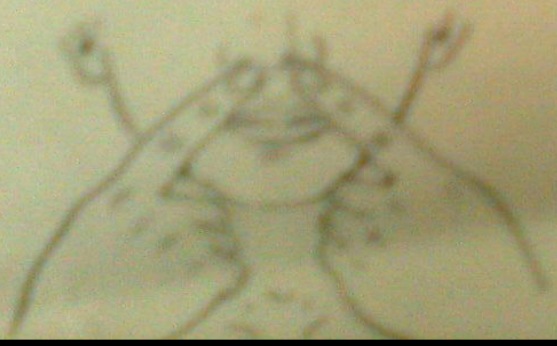
Рубинов бойынша жаттығу: 3 минуттан 5 минутқа дейін ауызды ашып жабу, төменгі жақтың қозғалысынсыз. Күніне бес рет.



Ауыздың айналмалы бұлшықеттері дамымаған кезде жасалатын миогимнастика түрлері

- Ерінді түтік тәрізді ету, кейін ұзын күлкі жасау. Кейін үстіңгі ерінді алға созып сөйлеу.
- Еріндерді қатты жауып тұрып, мұрынмен ауа алып, ұртты ауамен толтыру. Содан кезін еріндерді ашпай жұдырықпен ұрып ауаны шығару.
- Күрек тістердің протрузиясы кезінде еріндерді қатты жауып, бірінші жоғарғы ерін аймағына ауа жинау, сосын төменгі ерін аймағына.
- Еріндер арасына қатты картонды қойып, оны қатты қысып, 30-50 минут ұстап тұру.
- Мақтаны немесе сондай жеңіл нарсені үрлеу.
- Ауыз бұрышына саусақтың ұшын қойып, ауызды тарту. Сосын еріндерді жабу.
- Мақта валиктерді төменгі және жоғарғы еріндерге үзеңгілердің бұрышына қойып, ауыз жабық кезінде : п, б, м әріптерін айту

Методы лечебной физкультуры и ортодонтия, разработанные



Мезиальды тістемге кезінде жасалатын жаттығулар

- Тілдің ұшымен жоғарғы алдыңғы тістер аймағына қысым беру, үш бес минут бұлшықеттің шаршағаны білінгенше.
- Басты сәл төмен түсіріп ауызды ашып жабу, ауызды жапқан кезде тілдің ұыш қатты таңдай аймағына жеткізу.
- Алдыңғы жоғарғы тістердің алдына дейін төменгі ерінді созу.

Тілге арналған жаттығулар

- «Сағаттар». Ауызды қатты жауып, тілмен бірінші жоғарғы жақ ерін бойымен сосын төменгі жақ ерін бойымен айналдырамыз.
- «Тыңдамайтын тілге». Тілді шығарып төменгі жаққа қоямызда, жоғарғы ерінмен тілді ұрған сияқты қимыл жасаймыз.
- «Потолкты бояу». Тіл потолокты бояйтын кисть деп есептеп, таңдайдың ешқай жерін қалдырмай потолок деп ойлап таңдайды бояу.
- «Балтаның дауысы». Тілді таңдайға қойып, ауызды қатты ашып, еріндерді балтаның дауысын шығарып ашып жабу.

Тіл үзеңгісін кескеннен кейінгі жаттығулар

- Жоғарғы және төменгі ерінді тілмен жалау, ауыздың оң бұрышынан сол бұрышына дейін.
- Тілмен иекке сосын мұрын ұшына дейін жеткізуге тырысу.
- Тілмен бірінші ауыздың ішінен сосын ауыздың сыртынан тістерді санау.
- Тілмен бірінші оң ұртты сосын сол ұртты созу.
- Ауызды қатты ашып тіл дыбысын шығару.

Щелканье

Тілдің алдыңғы бөлігіне арналған, инфантильді жұтыну кезінде қолданылатын жаттығулар

- Тілді столбик тәрізді ұстап тұру.
- Резиналы жүзіктер жасау, оны пипетканың резинасынан жасаймыз. Жүзіктерді тілдің ұшына кигіземіз, тілді альвеола аймағына көтеріп оған жүзікті тақап тұрып ауызды жаппай тістержі түйістірмей жұтыну. Жүзіктің шығып кетпеуін қадағалау. Бір күнде 10 нан 12ге дейін жұтыну.

Тілдің ортаңғы бөлігіндегі бұлшықетке жасалатын жаттығулар

- Цоконье языком в течение 50-60 раз.
- Тілдің ұшына және ортасына екі резиналы жүзік қою, тістер түйісіп, ал ауыз кішкене ашылып тұру керек. Тілді жоғарыға көтеріп, таңдайға жеткізу.

Тілдің артқы бөлігіндегі бұлшықетке жасалатын жаттығулар

- Бұлшықеттің демалуы үшін массаж ретінде тамақты жылы сумен шайқау.
- Есінеу.

Шайнау бұлшықетіне арналған МИОГИМНАСТИКА

- Тістерді түйістіру арқылы жасалады. Төменгі жақ сүйегінің бұрышынан науқас өзі саусағымен қадағалап отырады. Науқас меншікті шайнау бұлшықетіне қолыменен массаж жасау арқылы аузының еркін ашылуына мүмкіндік береді. Науқас ақырындап күнделікті осы жаттығуларды үзбестен кезең – кезеңімен жасап отыруы қажет. Әсіресе жаттығуларды жақ – бет аймағының жарақаттарынан кейін міндетті түрде жүргізуі қажет.



5. «Футбол»



6. «Футбол»



7. Прикоснуться к верхней губе



8. Прикоснуться к нижней губе

Миогимнастика

- Миогимнастика - целенаправленное воздействие на определенные группы мышц для изменения тонуса и функции, которое применяется как самостоятельный метод лечения (для детей с нарушениями основных функций, но безморфологических отклонений) или в сочетании с аппаратным методом (для детей со сформированными аномалиями).



ВКУСНОЕ ВАРЕНЬЕ

Блины мы ели с наслаждением –
Перепачкались вареньем.
Чтоб варенье с губ убрать,
Ротик нужно облизать.



ИНДОК

Я – индок «бады-бады»,
Разбегайтесь кто куда.



ЛОШАДКА

Я – весёлая лошадка,
Темная, как шоколадка.
Язычком пощёлкай громко –
Стук копыт услышишь звонкий.



ЛЯГУШКА

Подражаем мы лягушкам:
Тянем губы прямо к ушкам
Вы сейчас тяните губки –
Я увижу ваши зубки.
Мы потянем – перестанем
И нисколько не устанем.

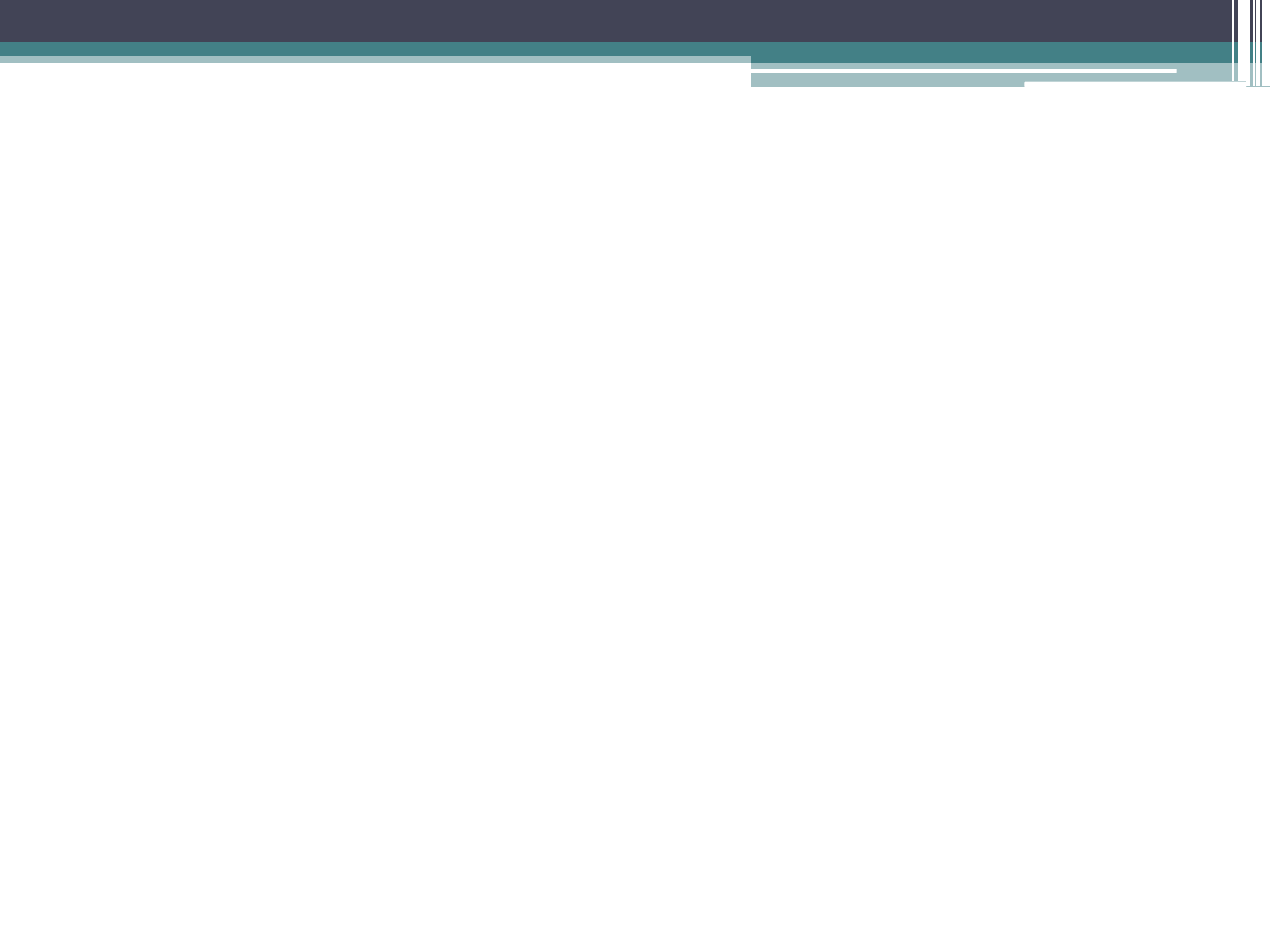


СЛОНИК

Буду подражать слону!
Губы «хоботом» тяну.
А теперь их отпускаю
И на место возвращаю.







Қорытынды

Қорыта келе жақ – бет аймағының жарақаттарынан кейін бет – жақ жүйесінің бұлшықеттеріне миогимнастиканы тағайындаудың маңызы зор екенін ескерген жөн. Себебі миогимнастиканы қолдану арқылы науқасқа артық жүктеме түспейді, әдістері жеңіл әрі қарапайым науқас күнделікті өзі жасай алады. Миогимнастика күшті биологиялық стимулятор емі нәтижелі болады.

Қолданылған әдебиеттер:

1. Оразалин Ж. Б., Төлеуов Қ. Т. – Хирургиялық стоматология – Алматы, “Білім”, 1998 ж.
2. Хорошилкина Ф.Я. Ортодонтия. Дефекты зубов, зубных рядов, аномалии прикуса, миофункциональное нарушение челюстно-лицевой области и их комплексное лечение. МИА Москва. 2006.
3. www.stomfak/uhii/lkjhg/265