



## Afwijkende mondgewoonten

Onder afwijkende mondgewoonten worden de gewoonten verstaan die een negatief effect hebben op de mondspieren en de tanden.

- Afwijkende tonghouding in rust

In rust zit de tong achter de boventanden tegen het gehemelte. Bij een afwijkende tonghouding ligt de tong vaak op de mondbodem tegen de ondertanden of zelfs tussen de boven- en ondertanden. Deze houding heeft een negatief effect op een goede tandenstand.

- Open mondgedrag en habitueel mondademen

Als we niet spreken is de mond normaal gezien gesloten en rust de tongpunt tegen het gehemelte achter de boventanden. Er wordt door de neus geademd. 'Open mondgedrag' betekent dat als de mond in rust open is, maar er wordt niet door de mond geademd.

Indien er door de neus geademd kan worden, maar er wordt door de mond geademd dan wordt dit 'habitueel mondademen' genoemd. De constante luchtstroom door de open mond zorgt ervoor dat het mondslijmvlies uitdroogt. Hierdoor kan het zijn dat er dan weer meer speeksel wordt aangemaakt met ofwel veelvuldig slikken ofwel kwijlen tot gevolg. Die continue luchtverplaatsing in de mond kan invloed hebben op de stem. Ook kunnen de lippen droog worden waardoor de gewoonte ontstaat om de lippen frequent met de tong te willen bevochtigen (overvloedig liplikken). Doordat de mond open is, valt de tong automatisch op de mondbodem. Deze foutieve tongpositie heeft een negatieve invloed op een goede tandenstand.

- Afwijkend slikken

Wanneer de tongpositie en/of de lippositie afwijkend is tijdens het slikken wordt er gesproken van een afwijkend slikpatroon. D.w.z. de lippen worden samengeperst, de tong zit tussen de tanden of zelfs tussen de lippen, de tong duwt tegen de tanden, er wordt een hoofdbeweging gemaakt om beter te kunnen slikken etc.

Bovenstaande foutieve mondgewoonten hebben een negatieve invloed op de tandenstand en bijgevolg ook op de articulatie. Dit geldt niet enkel voor kinderen, maar kan zich evengoed bij adolescenten en volwassenen manifesteren.

Door een constante druk voorwaarts of zijwaarts van de tong zullen de tanden scheefgroeien. Denk maar aan scheef gegroeide bomen onder de druk van de wind. Orthodontie zorgt voor een verandering in die tandenstand, maar enkel een beugel aanmeten is vaak niet voldoende om een langdurig effect te betrachten. Indien de mondgewoonten niet aangepast worden, doen deze foutieve gedragingen het werk van de beugel teniet.

## Logopedie naast orthodontie

De logopedische therapie is gericht op het wegwerken van de foutieve gewoonten en het optimaliseren van een correct gedrag. Een goede samenwerking met de patiënt en zijn omgeving is essentieel om de automatisatie en transfer vanuit de therapie naar dagdagelijkse situaties mogelijk te maken.