

## Ротовое дыхание провоцирует:

- Недоразвитие гайморовых пазух
- Сужение верхней челюсти
- Недоразвитие нижней челюсти
- Нарушение осанки
- Общее недоразвитие организма



**?!Почему важно, чтобы губы ребёнка были сомкнуты?!**

Многие родители удивляются, когда врач или логопед обращает внимание на то, что их дошкольник «дышит ртом» или часто держит рот приоткрытым. Но это не просто привычка — это может быть сигналом!

◆ Полное смыкание губ в покое (когда ребёнок не говорит, не ест и не пьёт) — один из ключевых признаков гармоничного лицевого развития.

◆ Если губы не смыкаются, язык занимает не то положение, дыхание чаще происходит через рот, а это влияет на:

- формирование прикуса



- рост челюстей

- речь и даже осанку!

**\*\*Что можно сделать уже сейчас?\***

- ✓ Следите, чтобы ребёнок дышал через нос
- ✓ Обращайте внимание, закрыт ли рот в спокойном состоянии.
- ✓ Поощряйте жевание твёрдой пищи — это укрепляет мышцы лица и способствует правильному смыканию губ.
- ✓ При частом храпе, заложенности носа или «отвисшем» рте — проконсультируйтесь с ЛОРом, ортодонтом или миофункциональным терапевтом.

Здоровая привычка держать губы сомкнутыми — это фундамент красивой и здоровой улыбки на годы вперёд! 😊😊😊