

Probleme angehen

Der Körper Ihres Kindes wird sich immer der Atemfunktion unterordnen, d.h. er wird immer zuerst die Atmung sichern. Bei allen emotionalen Themen rund um eine wünschenswerte, bindungsorientierte Schlafbegleitung und eine artgerechte Umgebung, können auch organische Ursachen, die bisher zu wenig Beachtung fanden, für die Schlafprobleme eines Babys verantwortlich sein.

Die Lösung des Problems liegt in diesem Fall vor allem in der Ursachenforschung; d.h. dem Erkennen eines zugrunde liegenden organischen, oralmotorischen Problems des Säuglings bzw. Kindes (Zungenbänder, Zungenfunktion, Stillproblematik u.a.), welches behoben werden muss/ kann. Fachleute, die in der Schlafberatung tätig sind, sollten idealerweise einige red flags erkennen und die Eltern bzw. deren Kinder an kompetente Ansprechpartner verweisen können, z.B. an entsprechend fortgebildete IBCLCs, Logopäden und Oraltherapeuten, die wiederum die weiteren sinnvollen Schritte mit Ihnen besprechen.



KONTAKT

DEFAGOR e.V.

Spechtweg 14

48167 Münster

Tel: 01777137215

info@defagor.de

www.defagor.de

Literatur und
Copyright beim Verfasser

Deutsche Fachgesellschaft für
Behandlung oraler
Restriktionen e.V.



ZUNGENBAND
UND SCHLAFEN

Schlafen und Zungenfunktion

Restriktive Zungenbänder und die Zungenfunktion haben allgemein einen großen Einfluss auf die Atmung und somit auch auf die Schlafqualität.

Die Zunge ist ein respiratorisches Organ, da sie mit der Funktion des Zwerchfells koordiniert ist. Zudem bestimmt die Zungenruhelage im Mund die Weite des Nasenrachenraumes. Ein restriktives Zungenband beeinflusst sowohl die Zungenruhelage, als auch das Stillen und das Schluckmuster. Eine Zunge, die den Gaumen und den Vagusnerv beim Schlucken nicht ausreichend stimuliert, beeinträchtigt das autonome Nervensystem. Die Zunge sorgt in Ruhelage am Gaumen für geschlossene Lippen und stellt die Nasenatmung sicher. Ist die Zungenfunktion eines Kindes geschwächt und damit die Zungenruhelage beeinträchtigt, führt dies zu einem offenen Mund und über kurz oder lang zur Mundatmung. Mundatmung wiederum reduziert signifikant den Sauerstoffaustausch. Sauerstoffunterversorgung beeinträchtigt Kontinuität und Tiefe des Schlafs, was weitere Folgeprobleme, wie Müdigkeit, Unruhe, ADHS-Symptomatik, erhöhte Entzündungswerte u.a. nach sich ziehen kann.



Hinweise auf eine reduzierte Schlafqualität

- Sehr häufiges nächtliches Stillen über einen längeren Zeitraum (d.h. Abstände von einer Stunde und weniger)
- Schlafen ist nur möglich, wenn etwas im Mund ist (Schnuller oder Brust)
- Plötzliches, nächtliches Schreien
- Atemgeräusche beim Stillen (Schnorcheln u.a.)
- Schnarchgeräusche beim Schlafen
- Häufige Verlegung der Nasenwege bei gestillten Kindern
- Schlafen mit offenem Mund, Mundatmung allgemein
- Nachtschweiß
- Schwierigkeiten, einen zirkadianen Schlaf-Wach-Rhythmus zu etablieren
- schwaches Saugen
- sehr unruhiges Schlafverhalten
- Zähneknirschen
- regelmäßiges nächtliches Einnässen bei eigentlich "trockenen" Kindern