

Das Problem der chronischen Mundatmung: Studienergebnisse

- Mundatmung bei Kindern wird mit etwa 55 % Prävalenz angegeben.
(J. Pediatr 2008, 84(5), 467)
- Dauerhafte Mundatmung kann zu langen, schmalen Gesichter, einem kleinen Mund, hohem Gaumen, Zahnfleischlächeln ("gummy smile") und vielen anderen unerwünschten Gesichtseigenschaften führen.
- Asthma, Dermatitis, Mundgeruch, Zahnfleischentzündungen, wiederkehrende entzündete Mandeln und Polypen, sowie Schnarchen und Schlafapnoe können Folgen dauerhafter Mundatmung sein.
(vgl. z.B.: Allergy. 2016 Jul;71(7):1031-6.
- Die Einhaltung der physiologischen Zungenruhelage unterstützt die normale Gesichtsentwicklung, den Lippenschluss und die Nasenatmung.
- Kinder mit Down Syndrom welche unter Mundatmung und offenem Mund leiden, konnten mit Myospots erfolgreich behandelt werden. Die Nasenatmung wurde durch das Training der Zungenruhelage mit Myospots verbessert.
(Eur J Paediatr Dent, 2018, 19(3), 243).
- Ein zu wenig an Zungenspannung ist verbunden mit längerer Essenszeiten, reduzierter Essensmenge und Schluckbeschwerden.
(Clin Nutr. 2016, 35(5), 1078).
- Zungentraining verbessert das Schluckverhalten und unterstützt ältere Menschen bei Sarkopenie. (= den mit fortschreitendem Alter zunehmenden Abbau von Muskelmasse und Muskelkraft und die damit einhergehenden funktionellen Einschränkungen des älteren Menschen.)
(Dysphagia, 2017, 32(2), 241).
- Zusätzlich zu den Artikulations- und myofunktionellen Übungen, können Myospots als Hilfsmittel verwendet werden, um die Zunge an bestimmte Stellen zu führen, um die Aussprache schwieriger Wörter zu unterstützen.

