

im Erlernen der korrekten Aussprache vorzubeugen, sollte beim Einsatz des Schnullers Folgendes beachtet werden:

- Schnuller möglichst selten und nur bei Bedarf einsetzen
- Schnuller nach dem Einschlafen herausnehmen
- Bis sich das Stillen eingespielt hat, keinen Schnuller einsetzen
- Sprechen ohne Schnuller
- Eine flache und symmetrische Form des Saugteils ist am ehesten geeignet
- Möglichst frühe Abgewöhnung (im zweiten Lebensjahr)
- Am Schnuller lutschen ist besser als Daumenlutschen

## Ernährungshinweise nach dem Stillen

### Beachten sie Folgendes:

- Das Kind langsam an die verschiedenen Konsistenzen gewöhnen: von flüssiger zu breiartiger zu fester Nahrung
- Das Kind möglichst früh aus der Tasse statt aus der Flasche trinken lassen
- Breiartige Nahrung mit dem Löffel, nicht mit der Flasche füttern
- Dem Kind feste Nahrung füttern, sobald einige Zähne gewachsen sind
- Dem Kind viele Tast- und Spürerfahrungen im Mundbereich ermöglichen

Je mehr das Kind mit allen Sinnen an der Nahrungsaufnahme beteiligt ist, umso reichhaltiger ist seine Entwicklung.

Lassen Sie das Kind die Nahrung mit den Händen und mit dem Mund lustvoll erforschen.

Dieses Faltblatt entstand in Zusammenarbeit der Mütter- und Väterberatung Mittel- und Oberrheintal, der Logopädischen Vereinigung Oberrheintal und des Logopädischen Dienstes Mittelrheintal.

### Kontaktadresse:

Logopädischer Dienst Mittelrheintal (LDM)  
Römerstrasse 10  
9435 Heerbrugg  
Tel.: 071 727 20 90 (Sekretariat)  
e-mail: [ldm-leitung@bluewin.ch](mailto:ldm-leitung@bluewin.ch)



**Logo** pädischer Dienst Mittelrheintal

**Sprachtherapeutisches Angebot  
im Mittelrheintal**

**Elterninformation  
«Frühkindliche Ernährung  
und Sprache»**

**Abklärung - Therapie - Beratung - Prävention**

## Frühkindliche Ernährung und Sprache

Durch den Mund nehmen wir einerseits Nahrung auf, andererseits formen wir mit ihm die Laute unserer Sprache.

Ab dem 4. Monat wird der Mund für den Säugling auch wichtig zum Erforschen der Dinge.

Dadurch macht er grundlegende Erfahrungen:

- Wie sich die Oberfläche eines Gegenstandes anfühlt (rau, fein, klebrig,...)
- Wie dessen Konsistenz ist (weich, hart, flüssig,...)

• Welche Form, Grösse und Geschmack er hat  
Der Tast- und Spürsinn beginnt sich aus zu differenzieren und die Mundmuskulatur wird dabei trainiert.

## Saugen und Schlucken

Saugen ist eine lustvolle Betätigung. Damit macht das Kind seine ersten intensiven Sinneserfahrungen.

- Richtiges Saugen und Schlucken sind Voraussetzungen für die korrekte Ausbildung von Kiefer und Gaumen. Damit wird für die bleibenden Zähne Platz geschaffen
- Das Zusammenspiel der Muskulatur im Mundbereich wird gefördert und die Sensibilität erhöht

## Stillen

Wenn die Mutter stillen kann und will, ist dies sicher die ideale Art der Ernährung für den Säugling.

### Vorzüge des Stillens aus logopädischer Sicht

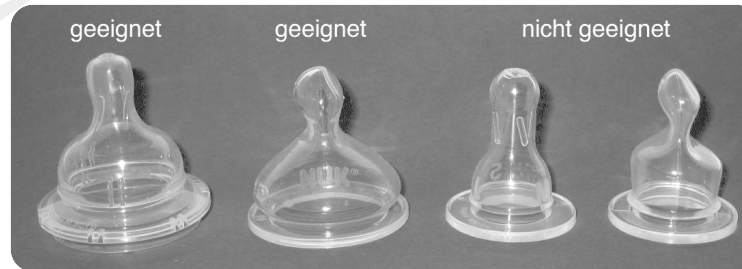
- Das Kind macht intensive sinnliche Erfahrungen
- Das richtige Schluckmuster wird angebahnt
- Die korrekte Zungenruhelage wird gefördert
- Die Mund- und Gesichtsmuskulatur wird gestärkt und sensibilisiert und somit auf das Sprechen vorbereitet
- Stillen kann den Gebrauch von Schnuller und Saugflaschen einschränken

Bei Stillproblemen können Sie sich bei einer Stillberaterin oder bei der Mütterberatungsstelle Rat holen.

## Flaschenernährung

Es gibt verschiedene Gründe, warum ein Kind nicht, teilweise oder nur kurze Zeit gestillt werden kann.

Wenn ein Kind mit der Flasche ernährt wird, ist es trotzdem möglich, etwas für seine gesunde Entwicklung der Mundmotorik zu tun.



Einige handelsübliche Trinkflaschen haben einen ungünstigen Einfluss auf die muskuläre Entwicklung im Mundbereich und auf das Schluckmuster.

### Beachten Sie deshalb Folgendes:

- Grosses Lippenschild des Saugers
- Das Saugloch nicht vergrössern
- Angemessene Fliessgeschwindigkeit:  
Bei Testung sollte der Flascheninhalt nicht schneller als 1 Tropfen pro Sekunde herausfliessen.

Wenn die Nahrung zu schnell fliesst, muss das Kind mit der Zunge nach vorne stossen, um den Zufluss zu regulieren. Dies führt zu einem Zungenvorstoss, der im Späteren zu einem falschen Schluckmuster, zu Zahnfehlstellungen und zu Schwierigkeiten in der Aussprache führen kann.

## Schnuller

Alle Lutschgewohnheiten, wie Schnuller, Daumenlutschen usw. haben eine eher ungünstige Auswirkung auf die mundmotorische Entwicklung. Nicht jedes Kleinkind braucht zwingend einen Schnuller.

Die beruhigende Funktion des Schnullers ist unumstritten. Um jedoch späteren Zahnfehlstellungen und möglichen Schwierigkeiten

