

TALKTOOLS®

Tyggetubehierarki



Verktøyene skal alltid være desinfisert før bruk.

Tyggetubehierarki:

De fire tyggetubene (rød, gul, lilla og grønn) brukes i disse aktivitetene for å vurdere ferdighetsnivåene i kjeven og for å forbedre kjevestabilitet, symmetri og gradering. Ferdighetene som tilegnes i disse aktivitetene, kan deretter overføres til bedre spiseferdigheter og de graderte bevegelsene som er nødvendige for taleproduksjon på enkeltlyd- og samtalenivå.

Tyggetuber kan også brukes til å tilfredsstille en klients behov for TMJ- stimulering (kjeveledd; temporomandibulært-ledd, heretter TMJ) og som et alternativ til gnissing av tenner, sutting på tommel, smokk-bruk, neglebiting, langvarig avhengighet av tåteflaske, overdreven tygging på leker, e.l. En komplett beskrivelse av teknikker for å avvende disse vanene kan finnes i *Assessment and Treatment of the Jaw: Putting It All Together - Sensory, Feeding and Speech*, av Sara Rosenfeld-Johnson, MS, CCC-SLP.



Forslag til tyggetube trening

1. Som i all muskelbasert trening, må klienten plasseres i en stabil sittestilling. Vi ønsker å etablere denne sittestillingen ved å velge en stol som vil føre til 90-graders vinkel i klientens hofter, knær, ankler og hake. Forsikre deg om at klienten opprettholder stabil sittestilling under alle øvelsene, og tilpass denne hele tiden underveis om klienten «faller ut av posisjon». Arbeid ansikt til ansikt. Klientens hender skal ligge i fanget i midtstilling.

Antisklimatte f.eks. Dycem - plassert på setet kan bidra til å etablere og opprettholde stabilitet. Klientens hode må også holdes i midtlinje (verken til den ene eller andre siden) mens du utfører disse aktivitetene.

2. Ikke la klienten holde i noen av tyggetubene før kriteriene for suksess er mestret for hver tube. Når klienten har mestret 10 rett-opp-og-ned-tygg på hver tyggetube eller alle verktøyene som brukes i disse aktivitetene, kan han eller hun læres til å holde tuben selv.

3. Tyggetubene skal benyttes til trening. Ikke la klienten, eller andre bruke tyggetubene som leker. Når de ikke brukes til trening, bør disse verktøyene holdes utenfor rekkevidde.

4. Implementere hierarkiet i følgende sekvens: rød tyggetube, gul tyggetube, lilla tyggetube og grønn tyggetube.

5. **Den rødetyggetuben** er større i diameter og enklere å komprimere. Den brukes til å vurdere en videre kjevegradering. **Den gule tyggetuben** er mindre i diameter og derfor krever den mer presis og mindre gradert bevegelse. Ingen av verktøyene krever mer styrke i kjeven enn det som er nødvendig for trygg spising eller taleproduksjon.

6. Den lilla og den grønne er vanskeligere å tygge på enn den røde og gule tyggetuben. Den lilla tuben er lettere å komprimere enn den grønne.

7. Klienten må få til 2 kontrollerte rett-opp-ned-tygg på rød tyggetube før han/hun kan starte med den gule tyggetuben. I dette tilfellet bør du jobbe med både de røde og gule tyggetubene til klienten kan tygge 10 ganger på både høyre og venstre side.

8. Klienten må kunne klare to kontrollerte rett-opp-og-ned-tygg på den gule tyggetuben som en forutsetning for introduksjon av den lilla tyggetuben. Når dette skjer, jobber du på da med tre tyggetuber – rød, gul og lilla - til klienten kan tygge 10 ganger per side på hver.



9. Til slutt skal klienten mestre to kontrollerte rett-opp-og-ned-tygg på den lilla tyggetuben som en forutsetning for introduksjon av den grønne tyggetuben. På dette tidspunktet jobber du med alle de fire tubene til klienten kan tygge 10 ganger på både høyre og venstre side. Målet er 10 tygg på høyre og venstre side med alle fire og når dette mestres er målet oppnådd for tyggetubehierarkiet.

10. Hvis klienten har behov for ekstra sensorisk innputt under disse aktivitetene, kan tuppen av tyggetubene dyppes i isvann, smaksrik væske eller puré-konsistens for å øke aktivering av muskulatur og/eller tilvenne seg øvelsene. Avgjørelsen om hvilke ekstra sensoriske input som skal brukes, bør være basert på klientens preferanser og kostholds-begrensninger (intoleranse, dysfagi, etc.).

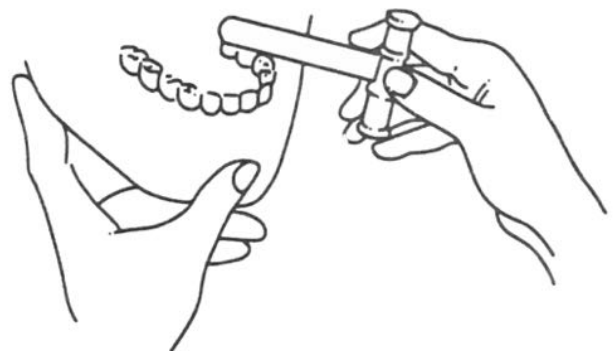
11. Hjemmelekse: I løpet av økten kan du notere ned hvor mange tygg klienten fikk til uten kompensierende bevegelser. Øv deg på det antallet stabile tygg klienten mestrer, 1-10 ganger per dag og minimum 3 ganger per uke. Dette fortsetter du med til nivået er mestret.

● **Trinn 1 Rød Tyggetube**

1. Plasser klienten i en stabil sittestilling, med hendene i fanget.

2. Bruk (håndflaten til) den ikke-dominante hånden din for å støtte kjeven. Plasser tuppen av den røde tyggetuben på de bakre jekslene, hold tuben ut mot siden, ikke rett frem, som vist på bildet nedenfor. Be klienten om å bite når du modellerer et

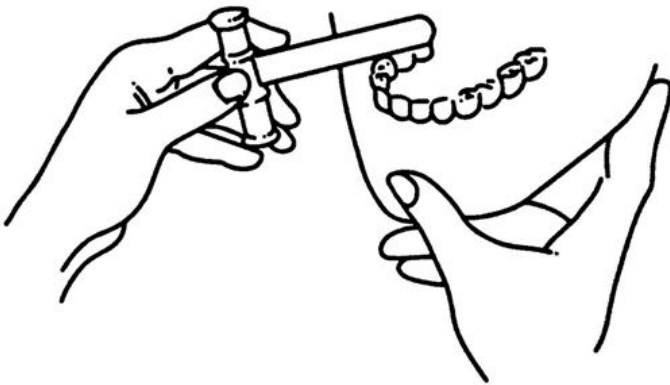
enkelt tygg. Hvis klienten ikke klarer å følge verbal eller visuell instruksjon, gir du et lett press på tyggetuben ned på jekslene for å stimulere et opp og ned tyggemønster. Når han/hun begynner å tygge, må du opprettholde posisjonen, men slippe opp på trykket.



NB: Ekstra kjevestøtte brukes til å gi litt støtte til kjeven; det er ikke meningen å holde fast kjeven eller forhindre bevegeligheten. Det er mer ment som hjelp for å følge og støtte bevegelsen i kjeven. Støtten skal ikke gis sammen med den gule, lilla eller grønne tyggetuben, bare den røde.

Hvis et lett press på kjeven ikke fører til tygging, så er ikke klienten klar for denne aktiviteten. Instruksjoner for å utvikle ferdighetene som er nødvendige for å utføre denne aktiviteten, finner du i boken *Assessment and Treatment of the Jaw: Putting it All Together - Sensory, Feeding and Speech*, av Sara Rosenfeld-Johnson, M.S., CCC-SLP

3. Mens du opprettholder tyggetube-posisjonen i klientens munn, skal du gjenta instruksjonen: "tygg-tygg-tygg» mens du modellerer et tygge-mønster. Fortsett denne prosedyren til han/ hun slutter å tygge på tyggetuben eller til en av de følgende kompensierende bevegelsene oppstår: kjeveutglidning eller at kjeven skyves frem på den ene siden, han/hun bruker hånden eller annen gjenstand for å støtte kjeven, vrir hodet mot tyggetuben eller nekter å fortsette med aktiviteten.



4. Gjenta oppgaven på høyre side av munnen som vist på bildet ovenfor:

5. Øv på det høyeste antallet tygg på den røde tyggetuben, på begge sider av munnen, 1-10 ganger per dag. Klienten kan læres til å holde tyggetuben selv, når han/hun er i stand til å bruke kontrollerte rett-opp-og-ned-tygg med styrke nok til å komprimere tyggetuben. En forutsetning for dette er at klienten kan tygge 10 ganger på venstre side og 10 ganger på høyre side uten tegn til ustabilitet i kjeven eller kompensierende bevegelser, først da kan han/ hun læres til å holde i tuben ved at den plasseres på jekslene.

6. Når klienten er i stand til å to kontrollerte rett-opp-og-ned tygg på den røde tyggetuben, fortsetter du umiddelbart til trinn 2 og begynner å bruke den gule tyggetuben i samme økt.

● **Trinn 2 Gul Tyggetube**

1. Hvis klienten ikke klarer to kontrollerte rett-opp-og-ned tygg på den røde tyggetuben kan du ikke introdusere den gule tyggetuben ennå. Fortsett da å jobbe med kjevestabilitet ved å bruke den røde tyggetuben. Når klienten mestrer ønsket antall kontrollerte tygg på den røde tuben kan man starte med den gule tyggetuben.

2. Hvis klienten klarer to kontrollerte rett-opp-og-ned tygg på den røde tyggetuben - kan den gule introduseres. Følg da fremgangsmåte som beskrevet i Trinn 1. Kjevestøtten skal nå være mindre. Daglig øvelser skal nå innebære både bruk med rød og gul bitetube.
3. Øv på det høyeste antallet tygg på den gule tyggetuben, på begge sider av munnen. 1-10 ganger pr. dag. Du kan lære klienten å holde tyggetuben selv ved 10 kontrollerte tygg på høyre og venstre side, uten tegn til ustabilitet i kjeve eller kompensierende bevegelser.

Når klienten klarer to kontrollerte rett-opp-og-ned-tygg på den gule tyggetuben, fortsetter du straks til Trinn 3 og begynner å bruke den lilla tyggetuben i samme økt.

Trinn 3 Lilla Tyggetube

1. Hvis klienten ikke klarer to kontrollerte rett-opp-og-ned tygg på den gule tyggetuben kan du ikke introdusere den lilla tyggetuben ennå. Fortsett da å jobbe med kjevestabilitet ved å bruke den gule tyggetuben. Når klienten mestrer ønsket antall kontrollerte tygg på den gule tuben kan man starte med den lilla tyggetuben.
2. Hvis klienten klarer to kontrollerte rett-opp-og-ned tygg på den gule tyggetuben - kan den lilla introduseres. Følg da fremgangsmåte som beskrevet i Trinn 1. igjen. Kjevestøtten skal kun være lett. Daglig øvelser skal nå innebære både bruk med rød gul, og lilla bitetube.
3. Øv på det høyeste antallet tygg på den lilla tyggetuben, på begge sider av munnen. Du kan lære klienten å holde tyggetuben selv ved 10 kontrollerte tygg på høyre og venstre side, uten tegn til ustabilitet i kjeve eller kompensierende bevegelser.
4. Når klienten er i stand til å klare to kontrollerte rett- opp og- ned tygg lilla tyggetuben, fortsetter du umiddelbart til steg 4 og begynner å bruke den grønne tyggetuben i samme økt.

Trinn 4 Grønn Tybbetube

1. Hvis klienten ikke klarer to kontrollerte rett-opp-og-ned tygg på den lilla tyggetuben kan du ikke introdusere den grønne tyggetuben ennå. Fortsett da å jobbe med kjevestabilitet ved å bruke den lilla tyggetuben. Når klienten mestrer ønsket antall kontrollerte tygg på den lilla tuben kan man starte med den grønne tyggetuben.

2. Hvis klienten klarer to kontrollerte rett-opp-og-ned tygg på den lilla tyggetuben - kan den grønne introduseres. Følg da fremgangsmåte som beskrevet i Trinn 1. igjen. Kjevestøtten skal kun være lett. Daglig øvelser skal nå innebære både bruk med rød gul, lilla og grønn bitetube.
3. Øv på det høyeste antallet tygg på den grønne tyggetuben, på begge sider av munnen. Du kan lære klienten å holde tyggetuben selv ved 10 kontrollerte tygg på høyre og venstre side, uten tegn til ustabilitet i kjeve eller kompensierende bevegelser.

En merknad fra Sara: Arbeid langsomt gjennom dette programmet, da muskelferdighetene trenger tid til å utvikle seg. Arbeidet bygger et godt grunnlag for trygg spising og tydelig tale. Dette grunnlaget er ikke utviklet over natten. Du jobber muligens med dette hierarkiet i mange måneder eller i noen tilfeller, et år eller mer. Ta deg god tid og sammenlikne det med trening på veien til et atletisk arrangement.

Tenk på det som et maraton - dette er ikke en sprint som skal fullføres så raskt som mulig.

