

Werkwijze

Tijdens de eerste afspraak worden de klachten besproken en onderzocht. Op basis daarvan wordt in samenspraak een behandelplan opgesteld. Na een behandelperiode volgt evaluatie en wordt in overleg besloten over het vervolgen of afsluiten van het behandeltraject.



Samenwerking

Ik werk nauw samen met verschillende disciplines waaronder: tandartsen, orthodontisten, intern begeleiders en leerkrachten.



Psychologie



Logopedie



Coaching



Kwaliteit

Ik werk volgens de richtlijnen van de NVLF, het Kwaliteitsregister Paramedici (KP) en Kwaliteitsregister Jeugd (SKJ). Ik ben bij beide geregistreerd en voldoe aan de eisen voor bij- en bijscholing binnen mijn beroepsgroep.



Tarieven & Vergoedingen

Informatie over tarieven en vergoedingen kunt u vinden op de website.

Images by freepik.com

Locatie

De praktijk is gevestigd in Culemborg. Ik ben actief in Rivierenland, Kromme Rijnstreek en Utrecht Zuid. Hierdoor ook bereikbaar voor cliënten uit Geldermalsen, Zaltbommel, Tiel, Nieuwegein en Houten en omgeving.



Koopmangildeplein 6
4105 TX Culemborg

Contact

Heeft u vragen of wilt u overleggen of mijn zorg bij u past? Neem dan gerust contact op via Whatsapp of e-mail.



Whatsapp: 06-24256430
E-mail: info@plecvoorjou.nl

Aanmelden

Aanmelden voor logopedie, psychologie of coaching kan eenvoudig via de knop 'registreren' op de website.



www.plecvoorjou.nl



Psychologie, Logopedie en Coaching



Afwijkend Mondgedrag



Alles over mondgewoonten, gevolgen én hoe OMFT-therapie helpt.

Wat is afwijkend monddrag?

Afwijkend monddrag betekent dat de spieren in en rond de mond niet goed samenwerken. Dit ontstaat vaak op jonge leeftijd en lijkt misschien onschuldig, maar dit kan later problemen geven met het gebit, de kaakstand en de spraak. De positie van tanden, kiezen en kaken wordt namelijk sterk beïnvloed door het samenspel van spieren rond de mond. Bij een gezond evenwicht tussen tong, lippen, wangen en kauwspieren is er meestal geen probleem. Raakt dat verstoord dan kunnen er klachten ontstaan zoals scheve tanden, open beet, slikproblemen of onduidelijke spraak.

Wat zijn de gevolgen op lange termijn?

Afwijkend monddrag lijkt onschuldig, maar kan blijvende gevolgen hebben als het niet op tijd wordt herkend en behandeld. Een verkeerde kaak- of gebitsstand door afwijkende spieractiviteit kan slik-, eet-, spraak- of ademhalingsproblemen veroorzaken. Soms is zelfs een beugel of kaakchirurgie nodig. Mondademhaling is een bekend voorbeeld: het droogt de mond uit, verhoogt het risico op tandproblemen en kan bijdragen aan een slechte houding of slaapproblemen. Vroege herkenning is essentieel. Zo voorkom je dat kleine klachten groter worden. Een gezonde mond begint bij balans in spierfunctie en ademhaling en dat is te trainen!

Hoe herken je afwijkend monddrag?

Afwijkend monddrag is vaak zichtbaar aan bepaalde gewoonten of lichamelijke signalen.

Denk hierbij aan:

- Slissen of moeite met duidelijk praten
- Hoofd-, nek- of schouderklachten
- Duim-, vinger- of speenzuigen
- Slaapproblemen en snurken
- Kauwen met mond open
- Droge lippen of droge mond
- Mondademen of open monddrag
- Scheefstaande tanden of een open beet
- Regelmatig verkouden of een verstopte neus
- Kaakgewrichtsklachten of klemmen/knarsen

Deze signalen kunnen wijzen op een verstoorde balans in de mondspieren, wat invloed kan hebben op het gebit, de kaakstand, de spraak en zelfs de ademhaling of houding.



Hoe ziet de behandeling eruit?

Een behandeltraject bestaat meestal uit 10 tot 20 sessies van 25 minuten. Dagelijks thuis oefenen is belangrijk voor een goed resultaat. Bij kinderen is betrokkenheid van ouders essentieel. Voorafgaand vindt een intake en functieonderzoek plaats. De voortgang wordt nauwkeurig gevolgd en bij afronding wordt een eindmeting gedaan.

Wat is oro-myofunctionele therapie (OMFT)?

De behandeling van afwijkend monddrag bestaat meestal uit oro-myofunctionele therapie (OMFT), een gespecialiseerde oefentherapie die door een opgeleide logopedist wordt gegeven. Met gerichte oefeningen leer je (of je kind) de mondspieren juist te gebruiken. De therapie richt zich op het verbeteren van neusademhaling, tongpositie, slikpatroon, lipsluiting en articulatie.



OMFT herstelt het spier-evenwicht in en rond de mond en biedt zo een structurele, duurzame aanpak van spierproblemen. Dit verbetert de stabiliteit van orthodontische resultaten en pakt niet alleen klachten aan, maar ook de onderliggende oorzaken.

Dit heeft positieve effecten op:

- De stand van tanden en kaken
- De spraak en articulatie
- De ademhaling en slaapkwaliteit
- De uitstraling en mondgezondheid

De eerste resultaten zijn vaak al na enkele maanden zichtbaar. Vooral bij regelmatig en zorgvuldig oefenen. Daarom is een hoge motivatie essentieel.

Wat kun je zelf doen (of als ouder)?

Een succesvolle behandeling van afwijkend monddrag begint niet pas in de behandelkamer. Als ouder of cliënt kun je vooraf al werken aan bewustwording en het aanpassen van gewoonten. Ook tijdens de therapie blijft eigen inzet belangrijk. Oefenen buiten de sessie om maakt echt het verschil.

• **Afleren afwijkende mondgewoonten**
Stoppen met duim- of vingerzuigen, speengebruik of nagelbijten.

• **Stimuleren van neusademhaling**
De mond zoveel mogelijk gesloten houden of de mond sluiten wanneer uw kind slaapt.

• **Juiste tongpositie**
Letten op een goede tongpositie, de tong hoort in rust tegen het gehemelte te liggen, achter de tanden.

• **Bewustwording monddrag**
Observeren en benoemen van gedrag. Wanneer staat de mond open? Wanneer wordt er door de mond geademd?

Deze eerste stappen maken het makkelijker om straks met therapie te starten en versnellen vaak de vooruitgang.



Wanneer en bij wie hulp zoeken?

OMFT is geschikt voor zowel kinderen vanaf 4 jaar als volwassenen. Ook jongere kinderen (vanaf 1 à 2 jaar) kunnen baat hebben bij een vroege verwijzing, bijvoorbeeld bij duimen, speengebruik, nagelbijten, kwijlen of een open mondhouding.

De therapie wordt altijd afgestemd op leeftijd en ontwikkelingsniveau, met haalbare en speelse doelen. Vroeg starten helpt grotere problemen met spraak, slikken of gebit te voorkomen.

Vermoed je afwijkend monddrag bij jezelf of je kind?
Wacht niet te lang. Vroege begeleiding maakt echt het verschil. Neem gerust contact op voor advies of een eerste gesprek.