

Что такое голос?

Как он возникает?



В горле есть голосовые связки – складки.
Когда они смыкаются, возникает звук – голос.
А если не беречь горло, напрягать его постоянной
болтовнёй, есть мороженое после горячего чая
или долгого бегания, складки воспаляются и голос
получается грубым, сиплым.



The background features a decorative border of green leaves and pink flowers. In the top left corner, there is a musical staff with a treble clef and several notes. In the bottom left corner, there is a black grand piano. The text is centered in the white space.

Патология голосового аппарата

Максимальное число детей с патологией голосового аппарата

Выявлено в возрастной группе от 5 до 8 лет.

Дети с повышенным темпераментом, со склонностью к командованию общительны, много разговаривают и кричат,

И к вечеру голос у них «садится», иногда полностью исчезает, вследствие чего общение с окружающими затруднено,

отмечаются напряжение и спазмы шейных мышц, набухание вен шеи, возможна одышка.

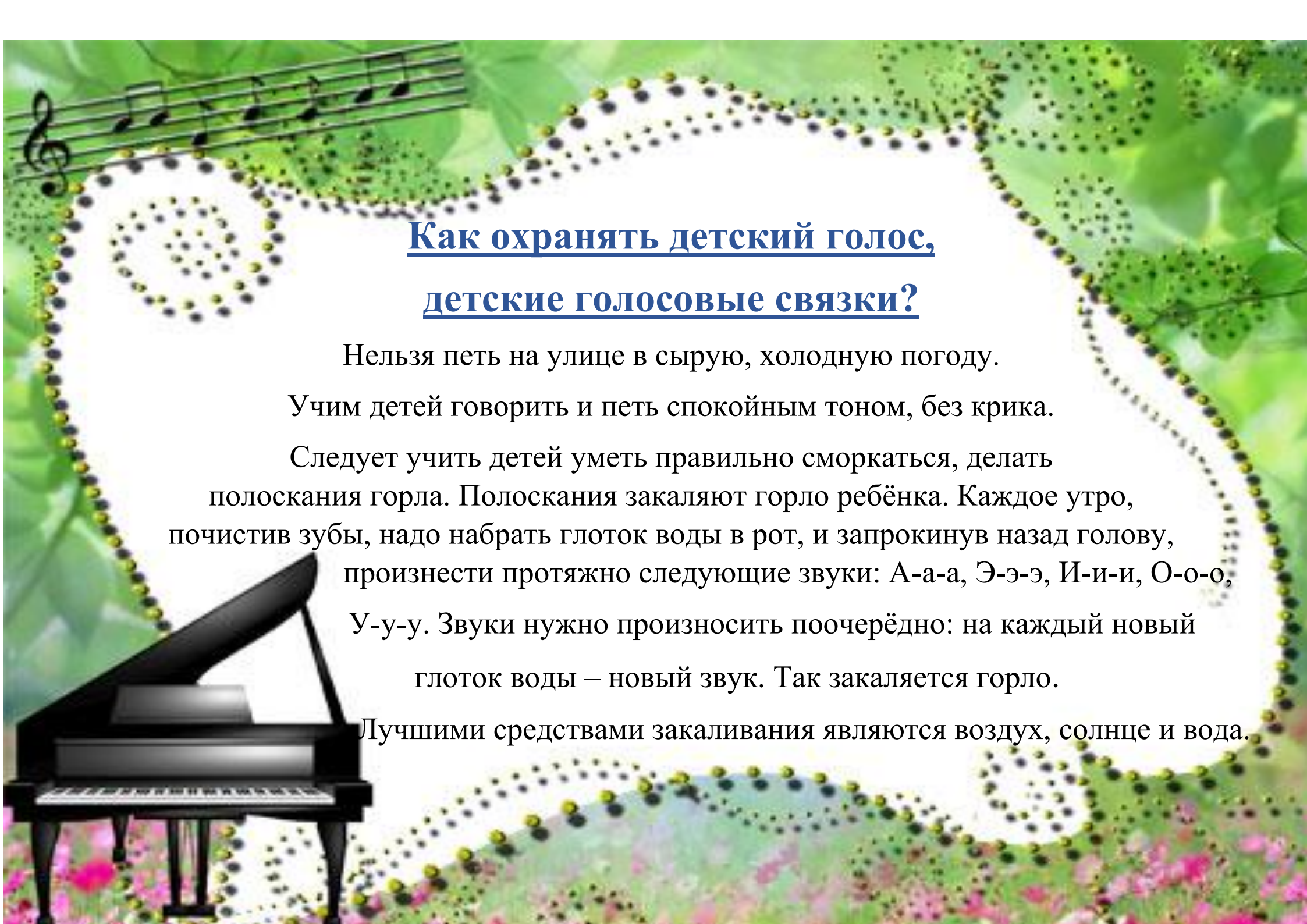
A decorative border surrounds the text, featuring a treble clef and musical notes at the top left, and a field of pink and yellow flowers at the bottom. The border is composed of small black and yellow dots.

Как можно помочь?

Необходимо ограничить голосовую нагрузку
и исключить все травмирующие ребенка факторы.
Стараться, чтобы дети меньше плакали, раздражались.

В этот период нельзя петь.

В начальной стадии болезни эти меры чаще всего помогают.



Как охранять детский голос, детские голосовые связки?

Нельзя петь на улице в сырую, холодную погоду.

Учим детей говорить и петь спокойным тоном, без крика.

Следует учить детей уметь правильно сморкаться, делать полоскания горла. Полоскания закаляют горло ребёнка. Каждое утро, почистив зубы, надо набрать глоток воды в рот, и запрокинув назад голову, произнести протяжно следующие звуки: А-а-а, Э-э-э, И-и-и, О-о-о, У-у-у. Звуки нужно произносить поочерёдно: на каждый новый глоток воды – новый звук. Так закаляется горло.

Лучшими средствами закаливания являются воздух, солнце и вода.

The background features a decorative border of green leaves and pink flowers. In the top left corner, there is a musical staff with a treble clef and several notes. In the bottom left corner, there is a black grand piano. The central text is framed by a white area with a dotted border.

Что еще может приводить к нарушению голосообразования?

Аденоидные разрастания,
увеличение носовых раковин при хронических ринитах,
Заболевания околоносовых пазух, кариозные зубы,
нередко способствующие развитию
хронических заболеваний миндалин,
ларингиты, тонзиллиты.



Что еще может приводить
к нарушению голосообразования?

На состояние голоса влияет и питание.

Острая пища, содержащая пряности,
много соли и уксуса, раздражает слизистую оболочку горла,
ухудшает голос.

Крайне отрицательно влияет табачный дым.



Обратите внимание!

Соблюдение описанных профилактических мер позволит детям
сохранить здоровье голосообразования.

Пожалуйста, берегите голос вашего ребёнка!

Он принесёт Вам много радости!



БЕРЕГИТЕ ДЕТСКИЙ ГОЛОС