

Hoe ademt uw kind eigenlijk?

Heeft u daar wel eens op gelet? Misschien is het u wel eens opgevallen dat uw kind vaak door de mond ademt of kortademig is, maar dat is toch niet zo erg?

Dat is het wel! Onderzoek heeft namelijk aangetoond dat wanneer kinderen gewoonlijk door de mond ademen dat grote gevolgen kan hebben voor hun gezondheid en hun algehele ontwikkeling.

- mond ademhaling is vaak een voorstadium voor astma
- het kan zorgen voor een onrustige nachtrust en slaperigheid overdag
- de ontwikkeling van aangezicht, kaak en mondholte wordt er nadelig door beïnvloed, met als mogelijk gevolg een terugwijkende kin en een te nauwe mondholte waardoor de tanden onvoldoende ruimte krijgen
- vaker gaatjes in de tanden en ontstoken tandvlees, meer werk voor de tandarts!
- veel vaker last van ontstekingen in het hoofdgebied, vaker naar de dokter!
- problemen met aandacht, leerproblemen, geheugenproblemen
- vaker angstig, hoofdpijn, moeheid, bedplassen etc

Een hele lijst, vindt u ook niet? Voor iedereen die hier meer van wil weten, stuur een mailtje aan Johannes@vrijzutphen.nl.

Ik zal bij voldoende belangstelling een avond organiseren waarbij de volgende vragen aan bod komen:

- waarom is deze informatie niet beter bekend?
- hoe is het te begrijpen dat mond ademhaling zo slecht werkt?
- wat kunt u als ouder doen om de ademhaling van uw kind te verbeteren?

Dat laatste punt is uiteindelijk waar het op aan komt: u kunt als ouder, met een kleine inspanning, echt zeer veel doen voor de gezondheid van uw kind op dit gebied!



Johannes Treuren
buteykospecialist
06 36251088