

OHJEITA ORA-KOJEEN HANKINTAAN JA KÄYTTÖÖN

ORA-koje on suun sisäisten lihasten harjoittamiseen tarkoitettu suulakilevy, jonka avulla kieltä ohjataan löytämään haluttuja kohteita ja liikemalleja. ORA-koje suunnitellaan aina yksilöllisesti käyttäjän tarpeen mukaiseksi.



Suun ja kasvojen alueen lihasliikkeiden eli oraalimotoriikan jäykkyys tai velttous, kielen ja leuan liikkeiden eriytymättömyys, kielen tursotus eli työntyminen ulos suusta, kuolaus, nielemisvaikeudet tai vaikeus oppia kielen täsmällisiä liikkeitä ääntämisen eli artikulaation onnistumiseksi voivat olla syynä ORA-kojeen hankintaan.

ORA-kojeen suunnittelevat yhteistyössä foniatri eli puhe- ja äänihäiriöihin erikoistunut lääkäri, puheterapeutti, oikomishoidon erikoishammaslääkäri ja suuhygienisti. ORA-kojeen toteuttamista varten suusta otetaan muotit, joiden perusteella ORA-koje lähetetään valmistukseen. ORA-kojeen valmistuttua se sovitetaan suuhun hyvin istuvaksi. Lapselle on tärkeä kertoa etukäteen, mitä vastaanotolla tapahtuu. Ennakointi ja tapahtumien rehellinen kuvaus luovat lapsen luottamusta ja turvallisuudentunnetta, jotka edesauttavat tapaamisten onnistumista.

Suulakilevyyn voidaan liittää nystyjä, liikuteltavia helmiä tai nappeja tai muita ns. aktivaattoreita, joiden tarkoitus on auttaa kielen kärjen, selän tai kannan hakeutumista tiettyihin kohtiin suulaessa. Tunnustellessaan suulakilevyyn tehtyjä aktivaattoreita kieli toteuttaa sen liikelaajuutta, nopeutta ja täsmällisyyttä vahvistavia liikkeitä.

Puheterapian yhteydessä ORA-koje suunnitellaan usein helpottamaan oikeiden artikulaatiopaikkojen ja -tapojen löytymistä. Tällöin levyyn aseteltavat aktivaattorit asetetaan suunnitelluille artikulaatiopaikoille tai ohjaamaan kieleltä vaadittavia liikkeitä artikulaatiotapojen helpottamiseksi.

Motoriset vaikeudet vaativat usein pitkäjänteistä kuntoutusta. Kielen asennon muuttaminen, täsmällisten kielenliikkeiden oppiminen ja artikulaatiopaikkojen löytyminen vaativat runsaasti toistoa liikesarjojen automatisoitumiseksi.

ORA-kojetta suositellaan pidettäväksi noin 10 - 30 min päivässä, 5 päivänä viikossa riittävän harjoituksen saamiseksi. ORA-kojehoitoa suositellaan jatkettavaksi noin 3kk ajan. Tarvittaessa koje voi olla käytössä niin pitkään, kuin se on lapsen suuhun sopiva. Perusohjeita voidaan muunnella yksilöllisen tarpeen mukaan.

Harjoittelutuokioksi on hyvä valita esim. sopiva lastenohjelma tai perheen lukutuokio. Harjoittelun ajan lasta voi tarvittaessa muistuttaa etsimään kielellään kojeensa aktivaattoreita puheterapeutilta saatujen ohjeiden mukaisesti.

Motorisissa harjoituksissa on hyvä muistaa, että kieli voi aluksi väsyä helpostikin. Harjoittelun myötä kielen eri suuntiin risteävät lihakset vahvistuvat, liikkeet helpottuvat ja lopulta muuttuvat automaattisiksi. Tällöin tuokiota voi hieman pidentää ja harjoitteluun liittää esim. artikulaatioharjoitteita.

ORA-kojeesta on tärkeää pitää hyvää huolta! Kojepestään juoksevassa vedessä aina käytön jälkeen. Tarvittaessa kojeen voi puhdistaa hammasproteesien puhdistukseen tarkoitetuilla tableteilla tai pehmeällä hammasharjalla naarmuttamatta kojeen pintaa. Kova harja ja tavallinen hammastahna eivät sovellu ora-kojeen puhdistamiseen. ORA-koje säilytetään kuivattuna ja pehmustettuna siihen tarkoitettussa rasiassa. ORA-kojeen hoito-ohjeet on hyvä tarkistuttaa hammashoidossa kojeen hankkimisen yhteydessä.

Mikäli Sinulla on kysyttävää ORA-kojeeseen liittyen, otathan ystävällisesti yhteyttä hoitavaan puheterapeuttiin.