

---

Subject: Mewing

Posted by [stfn111](#) on Wed, 25 Aug 2021 08:38:27 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hallo,

Hat sich schon jemand von euch mit dem Thema mewing beschäftigt?

Ich habe per Zufall entdeckt, dass bei mir die Zunge in Ruhe nicht am Gaumen ist. Wenn ich dies mache wirkt schon durch die veränderte Muskelanspannung mein Kinn und meine Wangen definiert ist.

Kann es sein, dass sich so auch im Alter über 30 die Knochenstruktur im Gesicht positiv ändert? Es fällt ja auf, dass sich bei vielen im Alter die untere Gesichtsfelder massiger gestaltet. Dies könnte jedoch auch hormonell oder mechanisch bedingt sein.

Wer kennt sich hier aus?

---