



Zdrowy Rozwój Twojego Dziecka



mgr Anna Skomro

Założycielka i właścicielka

Poznaj nas



fiz-osteo



SwiadomaMama.pl
SPOTKANIA KONSULTACJE WARSZTATY



Moja przygoda z fizjoterapią pediatryczną zaczęła się 9 lat temu. Ukończyłam studia fizjoterapii w Akademii Wychowania Fizycznego w Krakowie, a następnie pracowałam w Szpitalu oraz w Ośrodkach Wczesnej Interwencji jako FIZJOTERAPEUTA DZIECIĘCY.

Człowiek uczy się całe życie - stosując się do tej zasady kontynuuję naukę w 4 letniej szkole Akademii Osteopatii oraz Master Corsu Osteopatii w Pediatrii. Jestem również wykładowcą na kierunku Integracji Sensorycznej.

A oto kursy, które są już za mną

- NDT - BOBATH,
- Diagnoza i Terapia Integracji Sensorycznej,
- Diagnostyka niemowląt wg TIMP,
- Terapia Bilateralna,
- Kinesiotaping,
- Osteopatia w pediatrii,
- Terapia ręki,
- PNF,
- Trójpłaszczyznowa terapia manualna stóp,
- Terapia odruchów wg Masgutovej,
- Smyko-multisensoryka,
- Terapia manualna w pediatrii,
- 7 problemów w terapii małego dziecka,
- Leczenie kolek i refluksu u niemowląt,
- Anatomia sekcyjna i anatomia palpacyjna



fiz-osteo



Pierwsze miesiące życia dziecka

- ➡ Pierwsze 3 miesiące życia dziecka to ogrom zmian, zarówno dla niego jak i dla rodziców 😊
 - Samodzielne oddychanie, zmierzenie się z ogromną przestrzenią oraz wiele nowych, nieznanych bodźców.
 - Dodatkowo, na dziecko zaczyna oddziaływać siła grawitacji, co przyczynia się do ogromnego wysiłku, jakie musi włożyć, aby zacząć funkcjonować w nowych warunkach.
- 👉 Na co warto zwrócić uwagę? 😊

- Rozwój noworodka na plecach.

Noworodek nie jest symetryczny.

- ➡ Głowa jest zwrócona w którąś stronę, a plecy nie przylegają w pełni do podłoża.
- ➡ Tułów wygięty jest w łuk tam, gdzie dziecko patrzy.
- ➡ Kończyny górne i dolne są zgięte.
- ➡ Aktywnie obraca głowę w obie strony, ale nie potrafi utrzymać jej w linii środkowej ciała tak, aby nos, broda, pępek i spojenie łonowe było w jednej linii.

👉 Przez to, że tułów jest niestabilny i słaby - ruchy malucha są nieskoordynowane, globalne i chaotyczne.

✅ Co powinno zmienić się pod koniec 3 miesiąca życia?

- Powinniśmy zaobserwować symetrię i linię środkową ciała - głowa jest przedłużeniem tułowia, który stabilnie spoczywa na podłożu.
- Rączki łączą się w linii środkowej ciała.
- Głowa jest symetrycznie ustawiona – żadne ucho nie jest ustawione bliżej do barku, ani nie przeważa ustawienie skrętne głowy.

Rozwój bobaska na brzuszku



Rozwój noworodka na brzuchu:

Ciężar ciała znajduje się na policzku, mostku, na przedramionach i wewnętrznej stronie kolanek i stóp.

Leży z mocno zgiętymi rączkami i nóżkami.

Pupa znajduje się wyżej niż głowa.

Z biegiem czasu i ogromnym wysiłkiem obraca głowę w obie strony.

Co powinno zmienić się pod koniec 3 miesiąca życia

- Następuje podpór na przedramionach – symetryczny, stabilny, tułów jest prosty.
- Głowa uniesiona nad podłożem, swobodnie kręci nią na oba boki, a pupa przylega do podłoża.
- Łokcie są w linii barków, nóżki są wyprostowane i rozluźnione.

Kiedy powinniśmy się martwić:

- Kiedy od urodzenia dziecko mocno wygina się w łuk i zadziera głowę do góry.
- Widać asymetryczną, przeważającą stronę ustawienia głowy i widoczne jest spłaszczenie.
- W leżeniu na brzuszku jest niestabilny, niesymetryczny - przewraca się na plecki, denerwuje się i płacze.
- Nie wkłada symetrycznie obu rączek do buzi, przeważa jedna rączka, nie łączy ich w linii środkowej ciała.
- Po 3 miesiącu rączki są nadal zaciśnięte w pięstki wydaje się nadmiernie napięte, sztywne, lub przelewające się przez nasze ręce - wiotkie.
- Trudno mu skupić wzrok na zabawce, nie reaguje na nas, jest bierne, apatyczne.

Kiedy zgłosić się do fizjoterapeuty

- już od pierwszych dni życia Maluch położony na brzuszku bardzo wysoko zadziera główkę i często przewraca się z brzuszka na plecki
- dziecko układa główkę zawsze tylko w jedną, ulubioną stronę lub główka malucha zaczyna się spłaszczać
- pod koniec 3 miesiąca życia dziecko położone na pleckach nadal układa się asymetrycznie, a w leżeniu na brzuszku nie potrafi symetrycznie podeprzeć się na przedramionach- często denerwuje się i płacze, jedna lub obydwie rączki „uciekają” do tyłu i/lub miednica dziecka nie przylega do podłoża, tylko unosi się do góry
- pod koniec tego okresu dziecku trudno skupić wzrok na zabawce i podążać za nią wzrokiem, kontakt wzrokowy z maluchem jest trudny, dziecko ma „błędne” spojrzenie; po 2 miesiącu życia nie zauważamy u malucha „uśmiechu anielskiego”
- w leżeniu na pleckach dziecko krzyżuje wyprostowane nóżki, a po 3 miesiącu życia rączki malucha nie wysuwają się nad tułów i nie łączą w linii środkowej, tylko leżą na podłożu; dziecko wkłada do buzi tylko jedną, zawsze tą samą rączkę
- mamy wrażenie, że dziecko cały czas jest sztywne, w 3 miesiącu życia nadal mocno zaciska piąstki, a kciuk najczęściej schowany jest do środka
- dziecko wykazuje bardzo małą aktywność, leży „przyklejone” do podłoża, a nóżki rozstawione są szeroko na boki- w pozycji żaby.

Wskazania do wizyty u osteopaty dziecięcego

problemy z jedzeniem i ssaniem;
refluks;
kolka;
zaparcia;
asymetria i zniekształcenia głowy;
płaczliwość;
nadpobudliwość;
zaburzenia snu;
kręcz szyi;
wzmożone napięcia;
nierówna praca rączkami i nóżkami.

Zabawy wspierające rozwój

Najważniejszymi zmysłami, dzięki którym dziecko odbiera otaczający je świat jest zmysł dotyku oraz słuch. Wzrok jest zmysłem, który dopiero się rozwija, dlatego w tym okresie maluch zdecydowanie bardziej reaguje na dotyk i dźwięk. Oczywiście podczas zabawy warto stymulować również wzrok, ale trzeba mieć na uwadze, że w tym okresie dziecko nie jest w stanie rozróżnić zbyt wielu szczegółów i barw.

NAJFAJNIEJSZE ZABAWY

- masażyki, dotykane malucha, masaże stóp- delikatnie, ale stanowczo, najlepiej całą dłoń
- mówienie, szeptanie do dziecka raz z jednej, raz z drugiej strony
- zabawy, podczas których dziecko łączy rączki w linii środkowej ciała
- pokazywanie dziecku zabawki lub zachęcanie malucha do skupiania wzroku na własnej twarzy

PRZYKŁADOWE ĆWICZENIA

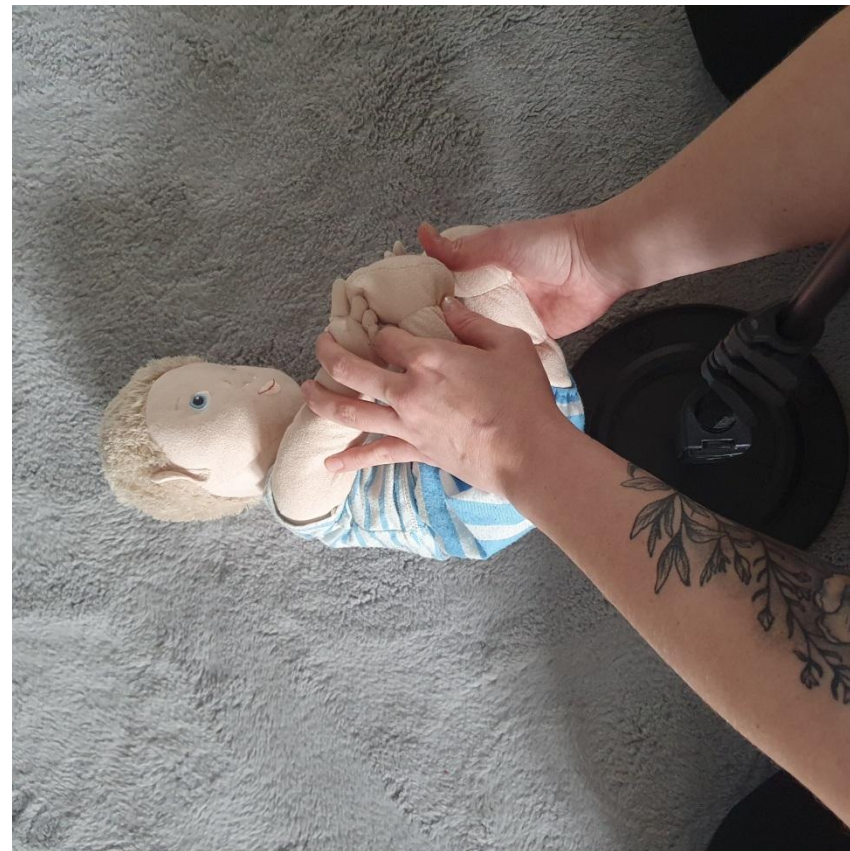
- Różnorodność pozycji: leżenie na plecach, bokach i brzuchu,
- Leżenie między naszymi kolanami,
- Nauka obrotów,
- Budowanie symetrii,
- Prawidłowe noszenie i podnoszenie.



Obroty



Kołyski





Leżenie na brzuszku



Prawidłowe noszenie



Pozycja do odbicia





DZIĘKUJĘ ZA UWAGĘ