

Patrycja

jak nosić dziecko (3-4mż) które ma refluks ukryty?

To zależy w jakiej pozycji dziecko się dobrze czuje, jest ich kilka na pewno należałoby wypróbować pozycję skośną przodem do świata i pionowo przodem do świata (nie za często jeśli dziecko się jeszcze nie obraca) i na fasolkę, pamiętając o zachowywaniu symetrii w noszeniu. Odradzamy noszenie dziecka przodem do siebie, nawet jeśli w tej pozycji dziecko czuje się najlepiej, ponieważ niestety, zwykle przynosi ona więcej szkody niż korzyści ☹ chyba, że dziecko noszone jest tak sporadycznie, wtedy kiedy objawy się nasilają.

Patrycja

jak zachęcać dziecko 3-4mż do leżenia na brzuszku?

Jeśli dziecko nie chce leżeć na brzuchu w tym wieku w ogóle, to na pewno należałoby się przyjrzeć dlaczego tak jest i ewentualnie spróbować kilku ćwiczeń żeby dziecku ułatwić leżenie. Czasami, jeśli nie ma przeciwwskazań fajnie sprawdzają się zabawki które dziecku podkłada się pod klatkę piersiową (taki wałeczek) a z przodu tam gdzie są rączki jest przymocowany jakiś szeleściak lub zabawki. Kolejnym fajnym sposobem wspomagania leżenia na brzuchu jest ustawienie przed dzieckiem lusterka ☺

Agnieszka

Dziecko 7 miesięczne ustawia się w pozycji czworacznej, czy rozjeżdżające się nóżki w tej pozycji są normalne? Czy powinno nas już to niepokoić?

Czasami jest to związane z początkami czworakowania, czasami może oznaczać obniżone napięcie mięśniowe. Zawsze warto udać się do fizjoterapeuty żeby pokazał jakie aktywności z dzieckiem robić żeby wspomóc daną czynność ruchową.

Patrycja

jak pracować z dzieckiem żeby wzmocnić mięśnie brzuszka?

Wszystko zależy od wieku dziecka, u 3 miesięcznego będzie patrzenie w dół, układanie zabawek na brzuchu, zachęcanie do podnoszenia nóżek do góry, u 4-5 miesięcznego obroty a u starszego pozycja czworacza, taczka czy pozycja niedźwiadka ☺

Patrycja

czy fizjoterapia może pomóc w dyschezji?

Cieężko jednoznacznie odpowiedzieć na to pytanie. Samo mobilizowanie do pracy mięśni brzucha będzie miało pozytywny wpływ na pracę jelit, mamy też różne masaże, które pozytywnie wpływają na perystaltykę oraz techniki osteopatyczne. Ale nie mogę zapewnić, że to na pewno pomoże każdemu dziecku.

Magdalena

Dziecko pelza i odpycha się jedna noga, czy się niepokoić? 7miesiac

Jeśli ta sytuacja trwa niedługo powiedzmy tydzień czy dwa można jeszcze dać dziecku trochę czasu. Jeśli dłużej lub jeśli była stwierdzona asymetria to trzeba zacząć aktywizować też drugą stronę więc warto udać się do fizjoterapeuty.

wiktoria

Jakieś ćwiczenia w domu z noworodkiem pani poleca ?

Na ćwiczenia jeszcze za wcześnie ☺ Ćwiczeniem będzie prawidłowe podnoszenie, noszenie, przebieranie, przewijanie czyli tak zwany instruktaż pielęgnacyjny. Dodatkowo układanie na brzuszku i częste zmiany pozycji do spania, z uwzględnieniem asymetrii jeśli taka występuje.

Warto udać się do fizjoterapeuty na taki instruktaż- będzie to dobry start dla dziecka i trochę więcej pewności siebie dla rodziców ☺

Justyna

A co jeśli dziecko nie lubi pozycji na brzuszku, czy trzeba po mimo to je kłaść?
Zwykle jest jakiś powód, dla którego dziecko nie chce leżeć- czasami nieodpowiednie podłoże, zaburzenia rozkładu napięcia mięśniowego lub problemy gastryczne. Warto zwrócić się o pomoc do fizjoterapeuty, ponieważ leżenie na brzuchu jest niezwykle istotne dla dalszego prawidłowego rozwoju.

Marta

w którym miesiącu dziecko powinno zacząć raczkować?
Zdarza się że niektóre dzieci zaczynają już w 6 czy 7 miesiącu ☺ ale tak ogólnie przyjmuje się 10 miesiąc.

Agnieszka

Gdzie można znaleźć ćwiczenia rozwijające, aktywizujące dzieci do czworakaowania? Czy mogłaby Pani polecić jakieś strony, poradniki bądź książki?
Jest sporo fajnych blogów- np. mamafizjoterapeuta, babycare_fizjo czy doktor.anka na Instagramie i książki Pawła Zawitkowskiego „Mamo tato co ty na to”

Patrycja

czy mocne zaciskanie i "podwijanie" piąstek w 3-4mż powinno niepokoić?
W tym wieku rączki powinny być już otwarte, więc warto pójść do fizjoterapeuty.

Magdalena

Czy to prawda czy mit, że jeśli dziecko szybciej rozwija się w kwestii mowy to wolniej rozwija się w kwestii ruchomej i odwrotnie?
Cieężko jednoznacznie odpowiedzieć, być może zdarzają się takie przypadki, zwykle jednak rozwój ruchowy połączony jest z rozwojem mowy.

Ewa

Moja córka urodziła się z przykurczem szyji. Po roku rehabilitacji przestaliśmy chodzić na wizyty ponieważ nie było już takiej potrzeby. Jednak czasem mam wrażenie że jedno ramię jej opada mimo że pediatra tego nie zauważył. Jakie ćwiczenia możemy robić z dzieckiem aby to się nie pogłębiało.

Jedno jej opada, czy drugie jest uniesione za bardzo? Ciężko odpowiedzieć na to pytanie bez zbadania dziecka i niestety w wieku ok 12 miesięcy ćwiczenie z dzieckiem jest już bardzo utrudnione- zwykle polega na torach przeszkód, wspinaniu się itp...

Ann

czy jeśli córka (4 - 6 miesięcy) praktycznie cały czas rusza nóżkami), to jest się czym martwić? innych niepokojących sygnałów nie ma
Jest to normalne w tym wieku.

Magdalena

Nasz synek późno zaczął sam siadać 9 miesięcy chodziliśmy do fizjoterapeuty robiliśmy ćwiczenia i pomogło do 12 miesięcy chodziliśmy na kontrolę ale teraz ma 15 miesięcy ale jeszcze sam nie chodzi tylko za rączkę czy mamy szybciej udać się znowu do fizjoterapeuty?

Bo kazała nam pani fizjoterapeutka przyjść około 2 roku żeby spr. Jak stawia nóżki podczas chodzenia.

Normą dla rozpoczęcia chodzenia jest 12-18 miesiąc życia, więc jeszcze ma czas, jeśli bliżej 18 nic się nie zmieni wtedy warto pójść wcześniej.

Magdalena

Czy będziemy mogli dostać tą prezentację w materiałach?

Oczywiście 😊

Mama Tata

czy spanie na boku lewym i prawym dziecka jest ok. nie toleruje na znak i brzuszka

Jeśli to małe niemowlę lub noworodek, powinno się zmieniać pozycje jak najczęściej. Jeśli większe dziecko to może spać na bokach w miarę możliwości z waleczkiem między nogami tak żeby górne kolano było na wysokości górnego biodra.

Marta

Czy przekładamy dziecko do snu by główka była raz z jednej raz z drugiej strony łóżeczka?

Tak, główka u małego niemowlęcia i noworodka powinna być raz skierowana w lewą, raz w prawą stronę. Można też całe dziecko odkładać odwrotnie czyli głową w jego nogach, jeśli chcecie żeby twarz była skierowana w waszą stronę.

Ann

dziecko 6,5 miesiąca - nie łapie za stopki i nie wkłada ich do buzi. czy powinno to budzić niepokój? jak wspomóc ten element rozwojowy?

Jeśli wcześniej też tego nie robiło, to warto byłoby zobaczyć najpierw jaki jest tego powód. Jest to ważny element rozwoju ponieważ wzmacnia mięśnie brzuchu i przygotowuje stopę do chodu. W warunkach domowych można spróbować wieszać zabawki nad pępkim czy zakładać skarpetki z dzwoneczkami lub czymś innym ciekawym dla dziecka 😊

Magdalena

Jakie ćwiczenia możemy wykonywać z dzieckiem od pierwszych dni? 🧒👶👶👶

Na ćwiczenia jeszcze za wcześnie 😊 Ćwiczeniem będzie prawidłowe podnoszenie, noszenie, przebieranie, przewijanie czyli tak zwany instruktaż pielęgnacyjny. Dodatkowo układanie na brzuszku i częste zmiany pozycji do spania, z uwzględnieniem asymetrii jeśli taka występuje. Warto udać się do fizjoterapeuty na taki instruktaż- będzie to dobry start dla dziecka i trochę więcej pewności siebie dla rodziców 😊

Magdalena

Kiedy myśleć nad kupnem rowerka dla dziecka czy 3 letnie dziecko może zacząć naukę jazdy czy za wcześnie?

Po 2,5 roku życia możemy oczekiwać, że dziecko będzie już w stanie nauczyć się jeździć na rowerku 3 kołowym.

Magdalena

Czy noszenie dziecka "na biodrze" może skutkować jakimiś wadami postawy?

Małego dziecka raczej nie należy tak nosić, starsze dziecko nosi się bardziej przodem do siebie z jedną nóżką ugiętą. Czy może skutkować wadami postawy nie da się jednoznacznie powiedzieć- raczej musi nałożyć się na to więcej czynników związanych z aktywnością i umiejętnościami dziecka.

Elżbieta

Co jeżeli dziecko przeskakuje pewne umiejętności? Jak to się ma do pracy mięśni?

Zależy jakie umiejętności – pominiecie np. prawidłowego obrotu z pleców na brzuch będzie miało negatywny wpływ na siłę mięśni brzucha, pominiecie czworakowania – na ruchomość kręgosłupa, jego stabilność a także świadomość tak zwanego schematu ciała, pominiecie np. pozycji amfibii (w leżeniu na boku na łokciu) czy pełzania nie będzie miało aż tak dużego znaczenia, ale zawsze lepiej dla układu mięśniowego kiedy dziecko wykonuje też te umiejętności. Można je oczywiście wspomóc różnymi ćwiczeniami.

Justyna

jeśli noworodek pręży się tylko przy jedzeniu to czy jest to raczej refluks czy niskie napięcie mięśniowe?

Niestety nie jestem w stanie tego stwierdzić jeśli nie widzę dziecka i nie mogę go dotknąć ☹ ale refluks raczej się nie pojawia u noworodków, nasilenie dolegliwości refluksowych jest ok 5 miesiąca życia

Ann

czy budzenie się dziecka w nocy co pół godz/ godzinę może być powiązane z problemami rozwojowymi? czy bardziej refluks/ ząbkowanie.

Ciężko mi odpowiedzieć na to pytanie ☹ polecam książkę „Sen dziecka” autorstwa Brazeltona, być może tam znajdzie Pani odpowiedź i jakieś wskazówki.

wiktoria

czyli można uczyć dziecko pływać od 5 miesiąca ?Czy później?

„Pływanie” to taka faza w rozwoju, w 5 miesiącu życia, kiedy dziecko leżąc na brzuchu podnosi ręce i nogi i trochę się buja do przodu i do tyłu. Raczej tego nie uczymy, dzieci robią to same. I nie chodziło tu o pływanie w wodzie ☺

Magdalena

Od kiedy można dziecko kłaść do bujaczka leżaczka

Bujaczki i leżaczki niestety bardzo przeszkadzają w rozwoju dziecka. Należy wstrzymać się do 3 miesiąca życia najlepiej, jeśli wcześniej to tylko sporadycznie. Po 3 miesiącu jeżeli będziecie używać należy również zapewnić dziecku dużo czasu w na plecach i na brzuchu na podłodze. O konsekwencjach długiego przebywania w bujaczku można by spory artykuł napisać ;)

Magdalena

Czy łóżeczko z funkcją kołyski jest dobrym rozwiązaniem już od pierwszych dni życia dziecka?

Jeśli można zablokować żeby się nie ruszało to czemu nie ☺ bujanie noworodka powinno być raczej takie jak było w brzuchu- jak mama chodziła to góra dół, jak się odwracała to na boki. Chociaż pewnie niektórym niemowlętom takie bujanie też będzie pasowało.

Marta

Kiedy zalecałaby pani udać się na basen pierwszy raz z maluszkiem?

Wydaje mi się, że trzeba poczekać do pierwszych szczepień, chyba nie przyjmują na zajęciach dzieci poniżej 3 miesiąca życia.

Ann

jak wspomóc rozwój dziecka w III kwartale życia?

Zależy co aktualnie dziecko robi, ale proponuje się dużo pozycji na boku, przejścia z niej do siadu, taczka z waleczkiem pod klatką piersiową a nogi nad podłożem, rolowanie plecy brzuch brzuch plecy w dwie strony, przepelzywanie przez nogi rodziców, przyjmowanie pozycji czworacznej ...

wiktoria

to kiedy dziecko musi zacząć chodzić ?

Do 18 miesiąca życia mówimy o normie.

Magdalena

Kiedy najlepiej jest zrobić usg główki dziecka

O tym decyduje lekarz, czy jest taka potrzeba. Na pewno do badania usg nie może być zarośnięte ciemiączko.

Magdalena

Kiedy wykonać usg bioderek? Czy to jest obowiązkowe?

Badanie bioderek jest obowiązkowe, powinno być wykonane między 6 a 10 tygodniem życia, skierowanie powinien wystawić pediatra. U dzieci z położenia miednicowego zaleca się wykonanie USG bioderek wcześniej – około 4 tygodnia życia.