1. Jakie są pierwsze objawy wzmożonego napięcia mięśniowego? W przypadku ich wystąpienia należy od razu udać się do specjalisty, czy próbować samodzielnie działać jako rodzic?

Objawami wzmożonego napięcia mięśniowego mogą być: mocno zaciśnięte piąstki, wysokie ustawienie ramion niewidoczna szyja, obronność dotykowa w obrębie szyi, nadmierne wyginanie tułowia i prostowanie kończyn dolnych. Zawsze lepiej udać się do specjalisty, ponieważ rodzic nie będzie w stanie rozpoznać, jak duże jest napięcie w ciele dzieciątka. W warunkach domowych rodzic może pomóc Maluszkowi masażem kończyn górnych i dolnych. W obniżeniu napięcie mięśniowego pomaga tzw handling, pielęgnacja wspomagająca rozwój ruchowy.

1. Z punktu widzenia fizjoterapeutki, lepiej nosić dziecko w chuście lub nosidełku z przodu, czy na plecach?

Bezpieczne będzie noszenie dziecka w nosidełku po skończeniu 6 miesięcy.

1. Od kiedy można kłaść dziecko na brzuszku?

Noworodka można układać na brzuszku tuż po narodzinach.

1. Czy rodzic może samodzielnie rozluźnić rączki maluszka, jeśli zaciska piąstki, czy lepiej w tym przypadku udać się do fizjoterapeuty?

Rodzic może samodzielnie masować dłonie i całe kończyny górne, aby pomóc dziecku w normalizacji napięcia mięśniowego. Można użyć małej piłeczki z nie ostro zakończonymi wypustkami i wykonywać nią koliste ruchy rękach i nogach dziecka.

1. Jeśli maluch śpi trzymając główkę przede wszystkim na lewą stronę, to należy ją przekładać podczas snu?

Jeśli maluch  ma preferencję jednej ze stron, należy go bacznie obserwować. W rozwoju Maluszka ważna jest naprzemienność, zmiana stron i rozwój symetrii. Gdy Maluch trzyma główkę przede wszystkim na jedną stronę, należy dowiedzieć się dlaczego tak, jest. Pomocne będzie przekładanie główki podczas snu. Natomiast, jeśli u dziecka występuje nieprawidłowy rozkład napięcia mięśniowego w ciele, główka będzie szybko wracała na stronę preferowaną. Wówczas należy to skonsultować i wykonywać odpowiednie ćwiczenia.

1. Ciasne wiązanie dziecka na noc jest bezpieczne? Słyszałam, że uspokaja to dziecko zapewniając mu warunki, jak w brzuszku Mamy, ale zastanawiam się, czy nie ogranicza to rozwoju ruchowego dziecka i jego świadomości ciała?

Zalecałabym wiązanie dziecka do zaśnięcia i na twardym śnie uwolnienie ciała maluszka. Natomiast każde dziecko ma inną wrażliwość, inną historię , inny przebieg etapu noworodkowego i warto spojrzeć indywidualnie na dziecko.

1. Kiedy dziecko powinno zacząć samodzielnie się obracać z plecków na brzuszek?

Dziecko powinno rozpocząć umiejętność obrotu z pleców na brzuszek mając 5 miesięcy.