1.    Czy po porodzie warto udać się profilaktycznie do fizjoterapeuty, nawet jeśli rodzic nie zauważa alarmujących sygnałów?

Tak, wizyta u fizjoterapeuty z niemowlakiem po porodzie może być bardzo korzystna. Fizjoterapeuci specjalizujący się w pracy z dziećmi mogą pomóc w ocenie rozwoju motorycznego oraz w identyfikacji ewentualnych problemów, które mogą wpłynąć na rozwój ruchowy malucha. Jako rodzic możemy czasami nie widzieć niektórych nieprawidłowości rozwoju. Jeśli fizjoterapeuta zauważy jakieś nieprawidłowości, może zaproponować odpowiednie ćwiczenia czy terapie, które pomogą w ich korekcji. Fizjoterapeuci mogą udzielić cennych wskazówek dotyczących pielęgnacji niemowlaka, w tym ćwiczeń wspierających rozwój ruchowy.

2.    Wiem, że każde dziecko rozwija się inaczej, ale czy jest coś, co na pewno powinien robić 3-miesięczniak, byśmy mogli stwierdzić, że jego rozwój jest prawidłowy?

Po skończonym 12 tygodniu dziecko powinno już stabilnie leżeć na plecach trzymając głowę w lini środka ciała. Ruch głowy powinien być izolowany bez aktywizacji tułowia, kończyny dolne powinny być zgięte około 90 stopni w stawach biodrowych i kolanowych. W leżeniu na brzuszku maluszek podpiera się „na łokciach” bez problemu unosi główkę i śledzi wzrokiem.

3.    Jeśli maluch samodzielnie nie siedzi w wieku 6 miesięcy to możemy rozszerzać dietę trzymając dziecko na kolanach?

Tak, warto jednak zadbać o odpowiednią stabilizację głowy i kręgosłupa.

4.    Od kiedy dziecko może spać na brzuszku, kiedy staje się to bezpieczne?

Dzieciom zaleca się, aby spały na plecach przez pierwsze 6-12 miesięcy życia. Jest to bardzo ważne dla zmniejszenia ryzyka zespołu nagłej śmierci niemowląt (SIDS). Po tym okresie, gdy dziecko zaczyna pełzać i obracać się samodzielnie, może zacząć spać na brzuchu, jeśli samo tak się ustawi w trakcie snu. Ważne jest, aby rodzice zawsze kładli niemowlęta na plecach do snu, a gdy dziecko zacznie się przewracać, można je pozostawić w tej pozycji, w jakiej samo się ułoży. Zawsze należy także upewnić się, że miejsce do spania jest bezpieczne i pozbawione poduszek, koców i innych przedmiotów, które mogą zakłócać oddychanie dziecka.

5.    Widzę, że mój synek (5msc) ma problem z asymetrią. Czy mam sama próbować np. układać dziecko na drugi bok, czy to już moment, w którym powinniśmy iść do specjalisty?

Jest to bezwzględne wskazanie do konsultacji z specjalistą.

6.    Jeśli dziecko przeskoczyło etap czworakowania i od razu chodzi, to jest okej?

Nie wszystkie dzieci przechodzą przez etap czworakowania przed nauką chodzenia. Każde dziecko rozwija się w swoim własnym tempie, a różnice w osiąganiu poszczególnych kamieni milowych są całkowicie normalne. Niektóre dzieci mogą zacząć chodzić, pomijając czworakowanie, co może być spowodowane ich indywidualnym stylem rozwoju i umiejętnościami motorycznymi. Jeśli dziecko zaczyna chodzić bez wcześniejszego czworakowania i nie wykazuje innych powodów do niepokoju (takich jak trudności z równowagą, rozwój społeczny czy problemy z komunikacją), nie ma powodu do obaw. Kluczowe jest, aby wspierać dziecko w jego rozwoju, zapewniając mu bezpieczne środowisko do eksploracji oraz stymulując je przez zabawę. Jeżeli masz jakiekolwiek obawy dotyczące rozwoju swojego dziecka, zawsze warto skonsultować się z specjalistą zajmującym się rozwojem dzieci. Dają oni cenne wskazówki oraz wsparcie w przypadku jakichkolwiek wątpliwości dotyczących rozwoju fizycznego i motorycznego dziecka.