

1. Co zrobić, gdy 2 miesięczne dziecko bardzo nie lubi leżeć na brzuszku?

Można spróbować układać je krótko ale często z zachowaniem prawidłowego ułożenia czyli wspomaganie aby łokcie były na wysokości barków.

Można też delikatnie docisnąć miednicę dziecka podczas stabilizowania łokci z przodu. Tak jak wspominałam można układać także skośnie na swoich kolanach.

2. Od kiedy można zacząć dziecko kłaść na brzuszek?

Od pierwszego dnia, zwracamy uwagę aby noworodek miał możliwość oddychania nie przyciśnięty nos, główka może być na boku a pod kikutem miękką pieluszką

3. Ile dziecko powinno leżeć na brzuchu w ciągu dnia?

To zależy od wieku, w pierwszych dwóch miesiącach dziecko jeszcze dużo śpi więc będzie to trwało chwilę 3-5 min ale warto często je obracać na brzuszek nawet podczas zmiany pieluchy. 2-3 miesiąc czas może się wydłużać. Dziecko po 3 miesiącu może już swobodnie leżeć na brzuchu 15 minut a po skończonym 4 miesiącu swobodnie bawić na brzuchu więc czas się wydłuża. Jest to średni czas. Pamiętajmy aby patrzeć czy nasze dziecko robi postęp i czas się wydłuża. Jeżeli wciąż nie lubi- może ma trudność w trzymaniu głowy i warto zasięgnąć opinii fizjoterapeuty.

4. Dziecko 2-miesięczne ma zwiększone napięcie obręczy barkowej, zmniejszone na brzuchu, rączki prawie cały czas zaciśnięte, usta często otwarte i wystawiony język. Co robić?

Najlepiej wybrać się do fizjoterapeuty, który zaleci ćwiczenia dopasowane do potrzeb dziecka. Z otwartą buzią może pomóc też neurologopeda ale otwarta buzia świadczy zazwyczaj o osłabionym napięciu w całym ciele więc najpierw fizjoterapeuta

5. Czy spanie na brzuchu w ciągu dnia ma jakieś korzyści dla dziecka?

Wspomaga prawidłowe ułożenie i rozwój stawów biodrowych, a także odgazowuje-na brzuchu jest docisk na jelita co może wspomóc perystaltykę jelit i pamiętajmy, że każdy z Nas lubi spać w innej pozycji. Pozycja na brzuchu może być dla dziecka komfortowa również jeżeli często się odgina i drażni je pozycja na plecach.

6. Od kiedy dziecko może leżeć na boku?

Również od początku ponieważ jest to dobra pozycja i bezpieczna kiedy dziecko ulewa. Natomiast musi być to pozycja na boku z lekkim przechyleniem na plecy aby nie naciskać na stawy biodrowe dziecka, które wciąż się rozwijają.

7. W jaki sposób pomóc dziecku w obrocie na brzuchu?

Na początek pokazywać dziecku obrót biernie przez przetaczanie go z pleców na brzuch. Później można z pozycji na boku kierować dziecko za miednicę w kierunku brzucha i czekać czy samo będzie chciało się obrócić.

Warto użyć zabawki dla motywacji do obrotu.

8. Czy karmienie piersią w pozycji biologicznej odchylonej pomaga na zaburzone napięcie mięśniowe?

Nie wiem jaka to pozycja, musiałabym dokładnie zobaczyć jak karmisz.

Karmienie ułatwia podwinięcie nóżek i ustawienie głowy w linii kręgosłupa.

9. A co z kikutek powinienem, czy on nie będzie przeszkadzał z leżeniem na macie? Jeśli będzie bardzo przeszkadzał i dzidzius będzie płakał nawet z podłożeniem pieluszki można układać niemowlę na sobie kangurując lub na kolanach. W tym początkowym okresie dziecko potrzebuje bardzo dużo bliskości i przytulania.

10. Czy są jakieś przeciwwskazania lub oznaki u dziecka żeby nie kłaść go na brzuszku? Jeśli tak to na co zwrócić uwagę?

Bardzo duże ulewianie czasem może utrudniać swobodę w leżeniu więc wtedy warto nie układać po jedzeniu i korzystać z pozycji pod kątem. Ciągły płacz dziecka mówi nam, że warto skorzystać z pomocy fizjoterapeuty lub pediatry.

11. Aby utrzymać łokcie przed linią barków czy możemy posłużyć się wałeczkiem ze zwiniętego ręcznika? Tak ale pamiętajmy aby układać też bez wałeczka. Wałeczek ma tymczasowo pomóc dziecku nie cofać łokci .

12. Czy jeżeli niemowlę zaśnie na brzuszku należy je obrócić na plecy?

Można zostawić ale należy obserwować dziecko. Po 6 miesiącu kiedy

13. Czy jeżeli niemowlę -5miesięcy- leżąc na brzuszku podnosi jednocześnie ręce i nogi robiąc "samolot" to mam się czym niepokoić?

14. Czy dziecko można kłaść na brzuszek od razu po jedzeniu czy lepiej trochę odczekać?

Warto chwilę odczekać- 10-15 min ale patrzyłabym na reakcje dziecka. Niektóre dzieci na brzuchu po jedzeniu się relaksują i odbija im się bez ulania.

15. Kiedy można wykorzystać dmuchaną matę wodną w leżeniu na brzuchu?

Od 4 miesiąca kiedy dziecko zaczyna chwytać i przenosić dłonie do przodu/tyłu a jednocześnie dobrze już kontroluje głowę i próbuje dociskać rybki w środku.

16. Kiedy dziecko powinno samo się obracać na plecy?

Najważniejsza jest zmiana z pleców na brzuch około 5 miesiąca a na plecy z brzucha zazwyczaj koło 6-7 ale nie wszystkie dzieci to robią ponieważ kiedy są już na brzuchu nie mają takiej potrzeby.

17. Czy można położyć dziecko na brzuchu na dużej piłce, aby stymulować układ sensoryczny?

Jak najbardziej jednak trzeba podchodzić do tego ostrożnie z punktu widzenia bezpieczeństwa i dobrze obejmować piłkę swoimi nogami. Można bujać przód-tył i na boki.