

kademinus

Przede wszystkim trzeba coś więcej wiedzieć o dziecku, ile ma miesięcy, jaki był jego/jej dotychczasowy tryb funkcjonowania, czy występował od początku problem z leżeniem na brzuszku? Budowanie podporów w leczeniu na brzuszku występuje od 5 do 7 miesiąca, ale najpierw trzeba znaleźć przyczynę, dlaczego akurat to maleństwo nie chce tych podporów budować. Można oczywiście zalecić kilka fajnych, przyjemnych ćwiczeń budowania tych podporów np. w leczeniu na brzuszku, aktywizujemy mięśnie piersiowe i wsuwamy zabawkę pod klatkę piersiową, tak aby dziecko chciało się unieść i zobaczyć co jest pod nim, powinno wtedy wejść w podpór; ewentualnie w siadzie na kolanach mamy pcha w piłkę/kanapę/lustro, tak aby wykonać podpór ale w innej pozycji; można to zrobić na małej piłce (fitness small ball z Decathlonu), ułożyć dziecko na brzuchu i wychylać w przód, w pozycję taczki, aby wsparło się na rączkach. Możliwości jest dużo, ale należy znaleźć przyczynę niechęci do podporów.

NIKOLA

To zależy. Często jest tak, że ze względu na walkę z grawitacją, dziecko wspina się na palce, natomiast nie jest to preferowany wzorec chodu, dlatego dobrzy by było poznać techniki stymulacji i popracować nad ściąganiem pięt do podłogi, ich dociążenie np. gdy dziecko stoi przy przedmiotach, łapiemy za miednicę i ściągamy ją w dół, do podłoża i lekko w tył, żeby zaakcentować docisk pięt do podłogi. Warto w takim przypadku uda się do fizjoterapeuty, aby ocenił napięcie mięśniowe oraz ustalił przyczynę wchodzenia na palce.

NIKOLA

To pytanie było zadane podczas webinaru, kiedy najlepiej udać się do fizjoterapeuty. Najlepiej po takim ogólnym procesie adaptacyjnym do nowego środowiska dziecka i dobrym samopoczuciu mamy ok 3-4 tygodnie życia noworodka.

Wioleta

To pytanie było również zadane podczas webinaru, chyba wystarczająco postarałam się na nie odpowiedzieć. Natomiast bardzo ważne jest, aby wszystkie umiejętności wykonywać naprzemiennie, symetrycznie, szczególnie te z motoryki dużej. Jeśli dziecko zaczęło dopiero się przerwać przez prawy bok głównie to należy mu dać czas ok max 6 tygodni, aby samo aktywowało drugi bok do obrotów. Mimo wszystko skonsultowała bym to fizjoterapeutą w gabinecie, aby wykluczyć asymetrię.

Ewa

Hamaczek ? Hamaczek jest dobry do stosowania i stróżuje się w przypadku wcześniaków lub dzieci z silnym refluksiem, które mocno ulegają. W przeciwnym wypadku nie widzę odstaw do stosowania jakiegokolwiek hamaczku. Jestem zwolennikiem "chowu na podłodze", na bezpiecznej macie podłogowej i to również zalecam każdemu rodzicowi, aby praktykował.

Ewa

Przede wszystkim trzeba znaleźć przyczynę, dlaczego ono nie lubi leżeć na brzuszku, czy to jest spowodowane nieprawidłową dystrybucją napięcia mięśniowego i przez to zła praca przeciwko sile grawitacji, czy to jest spowodowane np dyschezją, refluksiem. W każdym bądź razie maleństwo w tym wieku już powinno leżeć na brzuszku i nie powinno sprawiać mu to dyskomfortu. Jeśli sprawia to trzeba poznać techniki nauki/stymulacji do akceptacji tej pozycji, która jest niezwykle ważna.

Ewa

To częsty powód wizyty rodziców w moim gabinecie. Myślę, że połowa sukcesu to będzie właśnie udać się do fizjoterapeuty, który pokaże jak można w inny sposób zachęcać dziecko do polubienia tej pozycji, np. poprzez układanie dziecka na sobie, na udach rodzica, na klinie, podczas noszenia na brzuchu itp.

olkakrolka

Achhhh te lezaczki-bujaczki... Najchętniej wystrzeliła bym je wszystkie w kosmos :) Opowiedziałam już na to pytanie podczas webinaru. Nie, nie, nie i jeszcze raz nie. Nie lubię tego typu udogodnień. Wymuszają ciągą i stałą jedną i tą samą pozycję. O wiele bardziej jestem zwolenniczką przebywania dzieci na podłodze, na macie podłogowej, jeśli jest zwierzę w domu, to zabezpieczyć dziecko w kojcu na podłodze. Nie wyobrażam sobie karmić dziecka w takiej pozycji, gdyż reakcja na zakrztuszenie mlekiem jest opóźniona przez odpinane pasów  najbezpieczniej na rękach mamy lub poduszkach. Patrzymy na bezpieczeństwo naszych dzieci.

Ewa

Bardzo fajne pytanie. Ja współpracuję z osteopatą. Zdecydowanie różni się nasza praca. Ja pracuję strukturalnie przygotowując tkankowo, np. rozciągając mięśnie będące w skróceniu, dzieci do zdobycia funkcji. Natomiast osteopata przywraca równowagę pomiędzy ciałem i umysłem, bazuje na terapii manualnej, wykorzystując niezwykle delikatny manualny dotyk, zgodny z przepływem płynu mózgowo-rdzeniowego. Nasze metody się uzupełniają. Często wysyłam swoim pacjentów do osteopaty, na zasadzie przygotowania tkankowego, abym mogła zbudować funkcje u dziecka.

NIKOLA

Kto mnie zna, ten wie, że ZDECYDOWANIE lepiej kłaść na podłódze :)

PAULINA

Polecam maty Skip Hop, bardzo je lubię. Są bardzo dobrej jakości. Są bardzo łatwe w utrzymaniu w czystości. Moja córeczka korzysta z niej do dzisiaj, bawimy się na podłodze do dzisiaj na tej macie.

Kademinus

Najpierw sprawdza się gotowość do siadu, do rozszerzania diety. Po tym teście zdany pozytywnie zazwyczaj sadzamy na czas karmienia dzieci w wieku 6 miesięcy. Na moim profilu instagramowym fizjoterapeuta_dzieciocy_ są filmiki dotyczące rozszerzania diety i podjęcia decyzji o posadzeniu dziecka. Zachęcam do obejrzenia :)

Aga

W swojej wieloletniej pracy i obserwacji dzieci zauważyłam, że jest pewien typ dzieci, który boi się, wręcz panicznie podchodzi do leżenia na macie i wykonywania na niej umiejętności spontanicznych ruchowych, a przy odpowiedniej twardości materaca radzą sobie te dzieci zdecydowanie lepiej. Więc w tym przypadku znów moja odpowiedź brzmi "To zależy" :) wszystko dobieramy zawsze indywidualnie do dziecka i jego potrzeb.

Wiolexa

Nie do końca rozumiem co to znaczy "dziecko prawie siedzi"? Chodzi o tę pozycję siedzącą, tak? Nie będzie błędem kiedy rodzic na bardzo krótką chwilę taką pozycję zastosuje. Natomiast nie nadużywała bym tej pozycji u dziecka ok 5 miesiąca życia. To nie czas na

siedzenie. Miednica ma swoje naturalne ułożenie, a my poprzez siad wpływamy na zmianę jej ułożenia. Względem miednicy musi odpowiednio ustawić się kręgosłup, co w tym wieku jest dużym obciążeniem dla dziecka, gdyż jego umiejętności kontroli tułowia w siadzie w tym wieku są jeszcze mocno niedojrzałe.

Kademinus

Jeśli dziecko siedzi samodzielnie, stabilnie, kontroluje głowę i tułów, przeszło samodzielnie do pozycji siedzącej to można posadzić dziecko do huśtawki :)

Kademinus

Hmmm jakość tego wzorca "siadu" będzie pozostawiała wiele do życzenia. Ja znalazłam lepszą alternatywę dla takich dzieci, które jeszcze nie umieją stabilnie siedzieć same, a już dwa się do tej pozycji w spacerówce. A mianowicie kłaść je na brzuchu w gondoli, obrócenie daszka budy, tak aby dziecko miało pole widzenia i oglądało sobie świat z perspektywy leżenia na brzuszku :) proszę spróbować.

NIKOLA

Tak, są takie specjalne walki rehabilitacyjne. Jeśli mama ma szczupłe udo, to udo może nam zastąpić taki właśnie wałek. Można również zastosować odpowiednie rozmiar piłki "fitness small ball" aby dziecko przyjęło taką pozycję, można również zastosować chwyt podwieszenia dziecka pod klatką piersiową na szaliku, aby unieść górną część tułowia i wprowadzić dziecko w pozycję czworaczka.