

Agulka

czy z taką koślawością kolan trzeba już do fizjoterapeuty, czy z tego się wyrasta?

Odpowiedź: Z taką, to znaczy jaką koślawością? Rozumiem, że pewnie podeśle mi Pani zdjęcie? Każdy wiek ma swoje normy rozwojowe, nawet w przypadku koślawych kolan.

Proszę pamiętać, że w wieku od 2 do 4 lat, występuje największe ich zaznaczenie w ułożeniu koślawym. Przyjęta została norma, przy pierwszym styku (połączeniu się kolan od wewnątrz) a odległość kostek od siebie nie wynosi więcej jak 5 cm. Jeśli wynosi więcej musimy zacząć ćwiczyć. I wtedy najlepiej udać się do fizjoterapeuty. A jeszcze lepiej, gdy Panią coś niepokoi to od razu umówić się na wizytę do specjalisty :)

Agulka

czy łączenie kolan jest normalne? bo dwulatka na siłę łączy kolana np do zdjęcia i wygląda jak krzywusek a jak prostuje to robi się przeprost....

Odpowiedź: to zależy. Myślę, że w tym przypadku warto umówić się na badanie postawy do fizjoterapeuty.

EwaG

mój noworodek nie chce spać na wznak, ciągle przekłada nóżki na bok. czy to może spowodować problemy z bioderkami w przyszłości? Pediatra twierdzi, że bioderka są ok.

Odpowiedź: noworodek czyli mówi tutaj mama o dziecku dopiero urodzonym czyli nie skończyło jeszcze 1 miesiąca życia? Jeśli tak, to warto nauczyć takie maleństwo leżeć również w pozycji na wznak i na brzuszku. Gdyż mamy cztery strony ciała i cztery strony ciała (brzuch, plecy, bok prawy i bok lewy) chcą się równomiernie obciążać i stymulować. W przypadku, gdy dziecko nie chce leżeć na wznak, warto zbudować z kocyka chociażby tzw. gniazdko, aby ułatwić maluszkowi przyjmowanie tej pozycji. Oczywiście, że nie spowoduje to problemu z biodrami. Natomiast może wpłynąć na kształt główki, która ciągle się kształtuje pod wpływem ciężaru ciała. Bioderka oczywiście należy zbadać u ortopedy lub specjalisty innej dziedziny medycyny przy pomocy USG. Bardzo polecam to badanie obrazowe.

Margaret

A co w przypadku, gdy dziecko chce wykonywać określone czynności stosunkowo wcześniej, np. siada w czwartym miesiącu?

Odpowiedź: nie spotkałam się jeszcze z niemowlęciem, które chciało siadać w wieku 4 miesięcy. To naprawdę bardzo szybko. Kamienie milowe oczywiście mówią nam, o kolejności wykonywania danych umiejętności. Jeśli więc do tego 4 miesiąca dziecko, zbudowało kontrolę głowy, nauczyło się podporów, na łokciach, z oderwaniem łokci, skończywszy na wysokim podporze z wyprostowanymi łokciami, opanowało obroty, z pleców na brzuch i z brzucha na plecy w obie strony, zbudowało linie środka, umie zapracować przeciwko siłę grawitacji, itd i samo siada to naprawdę jestem w ogromnym szoku, że takie dziecko istnieje. W takim przypadku nie należy dziecka rozwoju hamować, kłaść na siłę, tylko pozwolić mu przyjmować tę pozycję, pod warunkiem, że poprzednie umiejętności wykonuje i przechodzi do pozycji siedzącej SAMO.

Patrycja

A jeżeli dziecko zaczyna chodzić poza tym marginesem to mam się martwić?

Odpowiedź: nie widząc dziecka, nie znając jego umiejętności, nie znając jego historii porodowej, rozwojowej ciężko mi powiedzieć czy powinna się Pani martwić, gdy dziecko samo nie zaczyna chodzić powyżej 18 miesiąca życia. Na pewno bym to skonsultowała z fizjoterapeutą. Gdyż ten wiek jest graniczny, z jakiś powodów dziecko nie zaczyna samodzielnie stawiać kroków. Trzeba to sprawdzić.

Kasia

Czy warto sprawować pieczę nad kamieniami milowymi?

Odpowiedź: oczywiście, że warto ! :) Rozwój może być nieco opóźniony, np spowodowany hipotonią, zabiegiem operacyjnym, czy innym stresowym incydentem, natomiast w przypadku dziecka rozwijającego się prawidłowo powinien i musi być harmonijny. Dlatego warto wiedzieć, co się w danych miesiącach dzieje (w przybliżeniu oczywiście) i sprawować nad tym pieczę.

Beata

Kiedy dziecko powinno zacząć chodzić? Czy trzeba je jakoś wspomagać?

Odpowiedź: dziecko ma czas na rozpoczęcie samodzielnego chodu bokiem od 10 miesiąca życia do 12 miesiąca, oraz samodzielny chód przed siebie od 12 miesiąca do 18 miesiąca. Dać odpowiednie podłoże, nie zaburzać i nie przeszkadzać poprzez zakładanie sztywnych butów/kapci, pozwolić uczyć się chodzić na boso. Nie ma potrzeby zdrowego dziecka wspomagać do nauki chodzenia. Będzie gotowe to wstanie i pójdzie :)

Joanna

Spodziewam się dziecka, jakich błędów uniknąć aby dziecko nie miało krzywe kręgosłupa?

Odpowiedź: najczęstszym popełnianym błędem przez młodych rodziców jest nieprawidłowa, powielana z dziada pradziada, pielęgnacja. Postawowym elementem, który pozwoli nam uniknąć tego typu sytuacji, jest przede wszystkim nauka prawidłowej i przyjemnej pielęgnacji (tj. Podnoszenie, odkładanie, noszenie, karmienie, kąpanie). Czynności dnia codziennego, które będą powielane w nieprawidłowy sposób mogą przyczynić się do asymetrii, a w późniejszym czasie do skrzywień kręgosłupa. Na pewno warto by było udać się do fizjoterapeuty, który nauczy prawidłowej pielęgnacji, spojrzy fachowym okiem, czy nie ma asymetrii, aby móc zapobiegać w przyszłości skrzywieniom kręgosłupa.

Zosia

Czy krzywy kręgosłup może być dziedziczony? Czy może temu zaradzić?

Odpowiedź: to zależy. Na pewno predyspozycje genetyczne odgrywają tutaj ważną rolę. Oczywiście możemy temu zaradzić, ucząc się prawidłowej pielęgnacji dziecka już od pierwszych dni jego życia. Wizyta u fizjoterapeuty pediatrycznego na pewno byłaby wskazana, aby dokładnie wytłumaczyć rozwój, pokazać techniki prawidłowego handlingu i nauczyć prawidłowej pielęgnacji, aby zapobiegać skrzywieniu kręgosłupa w wieku dojrzewania dzieci.

Zuzia

Kiedy pójść do specjalisty i sprawdzić czy kroki milowe są odpowiednio osiągnane?

Odpowiedź: najlepiej jak najszybciej. Aby najpierw ocenić rozwój dziecka, sprawdzić predyspozycje do asymetrii. Później warto pilnować kamieni milowych w danym okresie 1msc., 3msc., 6 msc, 9msc, 12msc. Jeśli by miało coś zaniepokoić fizjoterapeutę to na pewno na danym etapie kazałby pokazywać się w gabinecie częściej niż co 3 miesiące.

Anita

Czy badania bioderek może zrobić fizjoterapeuta pediatryczny?

Odpowiedź: oczywiście. Ja to robię na każdej wizycie, kiedy do mnie trafia nowe dziecko. Badam objaw Ortolanigo i Barlowa. Natomiast jest to badanie manualne. Również sprawdzam zakresu ruchu w stawie biodrowym: zgięcie, wyprost, przywiedzenie, odwiedzenie i rotację.

Natomiast najbardziej miarodajnym badaniem jest badanie USG, które pokaże nam w sposób

obrazowy co dzieje się w stawie biodrowym, w jakim stosunku głowa kości udowej układa się względem panewki stawu biodrowego, co jest niezwykle istotne. Dzięki takim badaniom możemy wykryć lub wyeliminować dysplazję stawu biodrowego, jego niestabilność lub wiele innych schorzeń.