

Agata

Dzień dobry, zarówno ja jak i mój tato mamy chorobę Scheuermanna, jest duża szansa że moja córka ja odziedziczyła. Czy można zawczasu niwelować skutki, czyli głównie ból, wzmacniać mięśnie? OD, kiedy włączać np. pływanie?

ODP.

W chorobie Scheuermanna ważne jest, aby nie przeciążać kręgosłupa np. długim siedzeniem w jednej pozycji czy dużej ilości podskoków (np. trampoliny) musimy zadbać o prawidłową postawę ciała (od najmłodszych lat) wzmacniając gorset mięśniowy i dobrą dietą (czynnik ryzyka niedobór witaminy A) szczególnie w okresie intensywnego wzrostu.

Pływanie jest jak najbardziej dobrym sportem przy tej chorobie szczególnie stylem na grzbiecie, w wodzie nie obciążamy kręgosłupa osiowo a doskonale wzmacniamy mięśnie. Pływanie dla rozwoju każdego dziecka jest dobrym sportem i warto zacząć jak najwcześniej.

Magdalena

Jak rozpoznać obniżone a wzmożone napięcie mięśniowe u maluszka?

ODP.

Na początku chciałbym zaznaczyć, że nie każde podwyższone napięcie lub obniżone będzie patologią i wpływało na zaburzenie rozwoju, ponieważ niema jednego stałego napięcia mięśniowego, które jest normą. Charakterystycznymi objawami nieprawidłowego napięcia, które będzie najprawdopodobniej wpływało na dalszy rozwój to na przykład:

Wzmocnionym napięciu: brak płynności ruchów, odchylanie głowy mocno w tył, wrażliwość dotykowa, prężenie ciała, zaciskanie piąstek (szczególnie podczas obciążania), krzyżowanie wyprostowanych nóg (podczas kopnięć czy ekscytacji dziecko mocno prostuje/napina obydwie nogi i następnie wyprostowane napięte nogi przywodzi do siebie), uniesione barki (uniesione stale lub w przeważającej części dni brak widocznej szyi i częste odparzenia na niej) trudności z ubieraniem dziecka (wrażenie sztywności kończyn) ubogi repertuar ruchowy (brak spontaniczności i różnorodności w ruchach często wykonywany ten sam ruch z towarzyszącym wzrostem napięcia)

Obniżonym napięciu: dziecko apatyczne (dziecko mało ruchliwe brak lub mała ilość okresów aktywności podczas dnia), brak stabilizacji głowy (słaba lub brak stabilizacji głowy w pierwszym trymestrze) „brzuch beczkowaty” (brzuch stale rozluźniony wręcz rozlewający się na boki) mamy mają wrażenie że dziecko leje się przez ręce.

Agnieszka

Jak często i jak długo powinniśmy układać małe dzieci na brzuchu?

ODP.

Nie ma określonego czasu leżenia na brzuchu układamy dziecko i obserwujemy czy dziecko jest aktywne w tej pozycji.

Katarzyna

Co Pan sądzi o macie wodnej dla malucha?

ODP.

Nie jest to przedmiot niezbędny do stymulowania rozwoju ma swoje plusy i minusy.

Przykładowe plusy: nowe dla dziecka wrażenia dotykowe i wzrokowe, pompowana obwódka maty ogranicza uciekanie zabawek np. piłki. Kontakt skóry do gumowego podłoża ułatwia utrzymanie pozycji wyższych z powodu dużego tarcia.

Przykładowe minusy: duże przewodnictwo termiczne wody, co powoduje wrażenie zimna nieprzyjemne dla dziecka. Ograniczenie możliwości ruchów dziecka z powodu dmuchanej obręczy.

Ale każde dziecko indywidualnie wybierze zabawki;) nie zawsze polecona, sprawdzająca się u innego rówieśnika zabawka będzie interesowała naszą pociechę.

Agnieszka

Podpór u dziecka, kiedy powinien się pojawić, a kiedy jego brak zaniepokoić.

ODP.

Pierwsze element aktywnego podporu terapeuta może zauważyć już w pierwszym miesiącu podczas próby unoszenia/przenoszenia główki pojawia się aktywność w obręczy barkowej i kończynach górnych. Dla rodziców ważne jest, aby dziecko około 3 miesiąca w pozycji na brzuchu prezentowało podpór na przedramionach podczas podnoszenia głowy, łokcie ustawione w linii barków albo jeszcze przed linią barków, podczas podporu łopatki mogą jeszcze odstawać od żeber.

Agnieszka

Jakie wykonywać ćwiczenia z dzieckiem do podporu?

ODP.

Oczywiście lepiej i łatwiej pokazać niż opisać wspomaganie ☺

1. Możemy wykorzystać zwinięty ręcznik w wałek i podłożyć go pod klatkę piersiową (średnica wałka taka jak długość kości ramiennej)
2. Możemy wykorzystać swoje ciało i podłożyć własną rękę pod klatkę wtedy czujemy czy dziecko leży całym ciężarem na naszej ręce czy zaczyna przyjmować ciężar na ręce i pcha w podłoże.
3. Możemy trzymać dziecko w rękach w pozycji na brzuchu (samolocik) zbliżać się głową do podłoża i czekać na reakcje podporu na rękach.

Wspomagań jest wiele, ale jakie są najlepsze dla naszego dziecka zależy od etapu osiągniętych umiejętności.

Weronika

Jak wspomagać dziecko w nauce siadania?

ODP.

Oczywiście lepiej i łatwiej pokazać niż opisać wspomaganie ☺

Musimy też doprecyzować czy chcemy uczyć dziecko utrzymać pozycję siedzącą, czyli balansu i kontroli tułowia czy uczymy transferu - przejścia do pozycji siedzącej, tu zależy, z jakiej pozycji uczymy z pozycji czworaczek czy z leżenia. Spora ilość dzieci przechodzi do pozycji siedzącej dopiero jak osiągnie pozycję czworaczek.

Chyba lepiej pokazać, ponieważ jest dużo zmiennych.:P

Agnieszka

Jak prawidłowo układać dziecko na brzuszku na nogach rodziców?

ODP.

Proszę sprecyzować pytanie, do czego ta pozycja miałaby być czy do masażu czy aby pomóc podczas kolek lub może do przyzwyczajania dziecka do tej pozycji.

Agnieszka Dąbrowska 15:14:30 moderated by: Świadoma Mama

Jak prawidłowo przekładać dziecko do odbicia? I jak je układać na ramieniu? Czy głowa powinna być wysoko czy nisko? Przy przekładaniu dziecka do odbicia

Natalia Leśnikowska 15:14:34 moderated by: Świadoma Mama

Co to są pivoty i kiedy dziecko powinno je wykonywać?

Pivotowanie (inaczej można nazwać zegarowaniem), czyli obracanie się dziecka wokół własnej osi w pozycji na brzuchu w lewo i prawo. Dziecko osiąga tę umiejętność około 4/5 miesiąca

Katarzyna Gurtman-Napiórkowska 15:15:03 moderated by: Świadoma Mama

Czy możemy zacząć używać wózka spacerowego w pozycji pół leżącej /leżącej, jeśli maluch jeszcze nie siedzi a gondola jest już prawie za mała?

To prawda, że jeśli dziecko nie siedzi samodzielnie nie powinno jeździć w pozycji siedzącej, ale jeśli jest możliwość ustawienia w pozycji pół leżącej to moim zdaniem można pozycja jest jak w bujaczkach.

Natalia Leśnikowska 15:16:25 moderated by: Świadoma Mama

Czy przed wizytą u fizjoterapeuty powinniśmy iść do neurologa dziecięcego?

Nie koniecznie, jeśli jest coś bardzo niepokojącego to fizjoterapeuta i tak skieruje do neurologa.

Katarzyna Gurtman-Napiórkowska 15:16:58 moderated by: Świadoma Mama
Czy anemia u noworodka może wpływać na spowolniony rozwój ruchowy malucha?

Oczywiście że tak, szybka męczliwość, brak energii, brak koncentracji czy słaby przyrost masy działa wszystko to może mieć wpływ na rozwój dziecka.

Natalia Kaczmarczyk 15:17:38 moderated by: Świadoma Mama
W jakim wieku najwcześniej można zdiagnozować problemy z napięciem mięśniowym?

Zależy jak mocne są objawy, można je zaobserwować już od urodzenia.

Natalia Leśnikowska 15:20:41 moderated by: Świadoma Mama
A co pan uważa o pchaczach? Czy kupić, a jak tak to, kiedy?

Osobiście uważam, że pchacze są zbędne, dziecko do pionizacji i przemieszczania wykorzysta meble a następnie będzie chodzić samodzielnie. Jeśli ktoś bardzo chce to należy zwrócić uwagę na stabilność i żeby dziecko nie wisiało na rękach a rączka pchacza była poniżej linii barków dziecka.

Katarzyna Gurtman-Napiórkowska 15:20:43 moderated by: Świadoma Mama
Co sądzi Pan o leżakach/bujakach?

Są ok, ale tylko, jako bezpieczne miejsce, kiedy musimy coś zrobić lub jako miejsce odpoczynku. Najlepsza jest podłóg ☺

Magdalena Piechowiak-Waszak 15:25:29 moderated by: Świadoma Mama
Czy noszenie w chuście można stosować używając do wiązania tylko filmików z internetu, jako wzorca- do nauki, czy konieczna jest konsultacja ze specjalistą żeby nie uszkodzić bioderek dziecka?

Polecam konsultację, będzie dużo łatwiej konsultant też szybko wychwyci nasze błędy wytłumaczy jak, po co, dlaczego.

Justyna Krzysztoń 15:25:31 moderated by: Świadoma Mama
Co Pan sądzi o trampolinie dla dwulatka?

Niekoniecznie duże obciążenie stawów .Często dzieci spędzają dużo czasu na takich trampolinach ogrodowych, w okresie wakacyjnym codziennie, jeśli było by to chwilowe, co jakiś czas to niema problemu. Osobiście mam uraz, ponieważ jak pracowałem w szpitalu dziecięcym to w okresie wiosennym i letnim pojawiało się więcej dzieci po urazach łokci i obojczyków spowodowane trampolinami. 2 latka to wcześniej, ja bym poczekał.