1. Jakie są pierwsze symptomy napięcia mięśniowego u noworodka?

- niepokój ruchowy, płacz, problemy z przyjmowaniem pokarmu, nieprawidłowa pozycja przy leżeniu – ustawienie asymetryczne lub prężenia, odgięcia, problem z prawidłowym noszeniem

1. Z Pani doświadczenia, lepiej profilaktycznie pójść do fizjoterapeuty z maluchem, czy poczekać na jakieś niepokojące sygnały?

- profilaktycznie, ale do osoby z dużym doświadczeniem, który patrzy holistycznie na dziecko. Lepiej zapobiegać, niż leczyć

1. Widzę w internecie dużo filmików, na których rodzice chwalą się, że ich maluch jest bardzo silny, bo od razu po porodzie podnosi główkę… Nie jest to właśnie oznaka napięcia?

- bardzo często są to wygórowane odruchy pierwotne, które z czasem rozwijają się w nieprawidłowe – wzmożone napięcie mięśniowe w okolicy potylicy, obręczy barkowej a osłabienie w okolicy przedniej taśmy mięśniowej – rozlany brzuch, słaba aktywność przeciw grawitacji główki

1. Noszenia w jaki sposób należy unikać, by nie pogłębić napięcia mięśniowego u noworodka?

- ja odradzam pionizowanie dziecka w początkowych miesiącach, nawet do „odbijania”, mam swoje metody, których uczę rodziców i bardzo pomagają, ale wcześniej trzeba rozluźnić napięte struktury

1. Czy przebieg porodu może wpłynąć na napięcie dziecka?

- tak, nie tylko przebieg, ale i typ porodu. Poród mógł być w znieczuleniu u mamy, więc bez bólu, ale u dziecka możemy mieć dużo zmian w tkankach

1. Czy zasypianie na jednym boku może przyczynić się do asymetrii? Powinnam się "zmuszać" do zasypiania naprzemiennie? Piszę "zmuszać" bo spanie na jednym z boków bardzo nasila moją zgagę.

- będąc w ciąży należy dać odczuć dziecku różne strony. Jeśli jest dyskomfort związany np. ze zgagą, to zalecam wizytę u osteopaty uroginekologicznego, który znacznie złagodzi dolegliwości

1. W jaki sposób najlepiej nosić dziecko w pierwszych tygodniach życia?

- w takich w jakich był w brzuchu – zgięciowych, gdzie nie podpierany podstawy czaszki, czyli nie ma możliwości pchania i budowania wzorca wyprostnego

1. Jak stymulować dziecko z dużym napięciem mięśniowym?

- podstawa to prawidłowa pielęgnacja – noszenie, przewijanie, układanie do snu, normalizacja napięcia mięśniowego poprzez odpowiednio dobrane ćwiczenia, które stosujemy w ciągu dnia wielokrotnie jako zabawę z dzieckiem i pomoc fizjo – osteopaty, który rozluźni napięte struktury

1. Czy poród do wody lub np. korzystanie z wanny w pierwszym okresie porodu może wpływać na zmniejszenie napięcia mięśniowego u noworodka?

- jeśli mama jest w relaksie, to i dziecko przychodzi na świat bardziej zrelaksowane, więc jak najbardziej tak, chyba że dojdą okoliczności utrudniające poród, np. owinięcie pępowiną

1. Jak wyprowadzić dziecko z napięcia mięśniowego? Czy terapia integracji sensorycznej pomoże rozluźnić napięte mięśnie dziecka?

- sama terapia IS nie, trzeba patrzeć na dziecko holistycznie i szukać przyczyny wzmożonego napięcia mięśniowego. Czasem są to straumatyzowane tkanki, które trzeba dotknąć i uwolnić z nich napięcie, przećwiczyć w domu pewne schematy ruchowe, aby ułatwić dziecku kontrolę nad własnym ciałem

1. Jak wspomóc dziecko w domu? Jakie ćwiczenia mogłaby Pani zaproponować?

- wszystko zależy od tego, z czym mamy problem. Do tego ustalane są ćwiczenia i prawidłowa pielęgnacja domowa, oraz konsultacje, aby sprawdzić postępy

1. U mnie było cc bo brak postępu akcji, ale porod byl indukowany - czy to ma znaczenie? Kiedy udać się do fizjo lub osteo? Obecnie 10 doba.

- poród indukowany to poród w którym dziecko nie wie, co się dzieje. Często w wyniku tego nieprawidłowo się wstawiają w kanał rodny, lub ze stresu owijają się w pępowinę i akcja porodowa ustaje. Tak jak mówiłam – ja po takich porodach pracuję w 2 – 3 tygodniu życia, aby wyrównać napięcia jakie są w ciele malucha i polecam osteopatę z dużym doświadczeniem w dzieciach