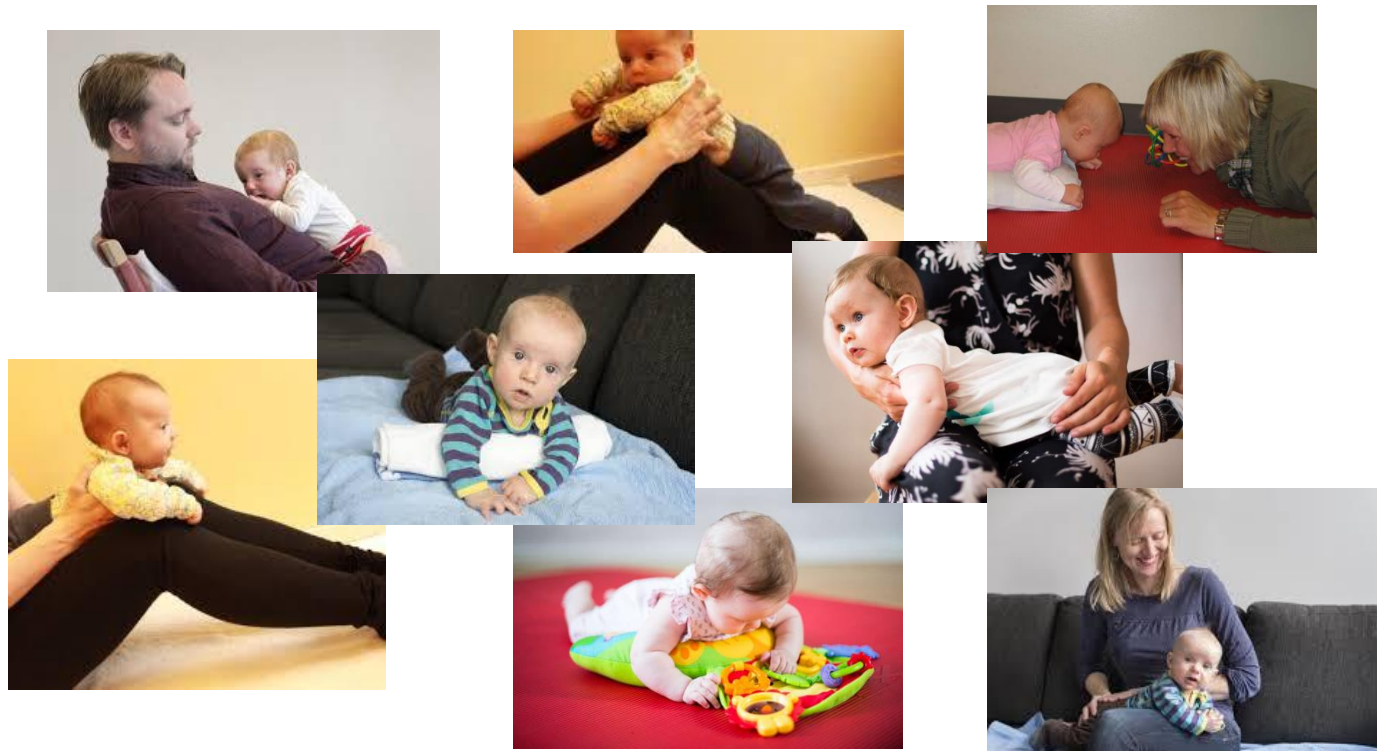


Frågor vid uppföljande besök

- Sovposition?
- Favoritsida?
- Tränar man magläge?
- Tillbringar barnet mycket tid i ryggläge, när det är vaket?
- Hur matas barnet?
- Används babysitter, bilbarnstol, typ av vagn?

Träna magläge > 3 ggr/dag



Bilder från Rikshandboken 2018 och Info material Sjukgymnastikmott. Sachsska barn- och ungdomssjukhuset Sthlm 2017

Lek på mage sov på rygg



Varför små barn bör tillbringa vaken tid på mage
och några olika förslag på hur magläge kan variera

Sammanställt 2007 av Anna Öhman Leg. Sjukgymnast fil dr. Specialist i
pediatrisk sjukgymnastik, Friskispraktiken, Göteborg (tidigare DSBUS).
I samarbete med: Anna Jörnvik och Marina Melander Leg. Barnsjuksköterskor
BVC Munkeback, Göteborg. Tomas Arvidsson Barnhälsovårdsöverläkare,
Göteborg. Göran Wennergren Professor, Drottning Silvias barn- och
ungdomssjukhus (DSBUS), Göteborg
Uppdaterat 2014-03-09

http://www.torticollis.dinstudio.se/files/uppdaterad_lek_p_mage_2014_del_1.pdf

Variation till ryggläge



Undersökning av barnets huvudform

- Uppifrån, bakifrån, framifrån, ryggliggande, öronens placering, pannans symmetri



Undersökning av barnets rörlighet

- Klarar barnet hålla huvudet rakt?
- Klarar barnet att vrida huvudet helt åt båda håll?



Specifika råd- behandling

- Strikt avlastning: positionera, minimera ryggläge
- Stimulera alltid till nackrotation åt det svåra hållet
- Träna nacke - upprätta positioner och magläge

Remiss sjukgymnast

- 2-4 v

Vid misstänkt torticollis remiss till fysioterapeut – stramhet hindrar rörlighet

- från 2-6 mån - följ upp ofta.

Vid utebliven effekt av insatser och/eller tilltagande vane hållning - remiss till fysioterapeut så tidigt som möjligt.

- 6-12 mån

Barn med CMT ska vara återställda eller vara i kontakt med fysioterapeut.

Innehåll remiss

- Allmän info: Graviditet/ förlossning, annan sjukdom/problematik
- Tillväxtkurvor ev. kommentar
- Favoritsida ja/nej
- Begränsad nackrotation ja/nej
- Typ av lägesbetingad huvudform – platt/ sned
- När och vilka åtgärder har satts in? Hur intensivt har åtgärderna genomförts?

Vad gör sjukgymnasten

- Anamnes
- Specifik bedömning - rörlighet, styrka, huvudform och motorisk färdighetsnivå
- Information om diagnos
- Råd om positionering och aktiv stimulering i vardagsaktiviteter
- Instruktion övningar rörlighet och styrka
- Uppföljning till regress
- Vid behov kontakt BHV läkare/ barnläkare

Tips

- <https://youtu.be/wGqjBAhvHYw>
- <https://www.1177.se/vastra-gotaland/barn--gravid/att-ta-hand-om-barn/praktiska-rad-i-vardagen/lek-pa-mage-och-sov-pa-rygg/>

Tack för oss!
Vi möts i fortsatt samarbete

