REHABILITACJA RUCHOWA

MARCIN GALWAS

Szanowni Państwo

Poniżej przedstawiam Państwu zalecenia dotyczące pielęgnacji oraz codziennego funkcjonowania dziecka.

W razie jakichkolwiek pytań lub indywidualnych konsultacji, zapraszam do kontaktu e-mail :

m.galwas1990@gmail.com

Pozdrawiam i mam nadzieję do szybkiego zobaczenia w szkole !!!

- ✓ Ubieranie oraz przewijanie powinno odbywać się poprzez przetaczanie dziecka na boki w bardzo wolnym tempie – **nie szarpiemy.**
- ✓ **Nigdy nie łapiemy za stopy i nie unosimy dziecka w górę za stopy podczas przebierania.**
- ✓ Podnoszenie powinno odbywać się odpowiednim chwytem, poprzez przetoczenie dziecka na bok i poprzez siad bokiem unosimy w górę, lub z leżenia na brzuchu chwytem pod klatką piersiową i pod miednicę.
- ✓ **Nigdy nie podnosimy Dziecka chwytem „pod pachy" ruchem gwałtownym**
- ✓ Noszenie- podczas noszenia miednica dziecka powinna być zawsze podparta, należy nosić dziecko w pozycji tyłem, lub bokiem do siebie, kończyny górne przed dzieckiem („zebrane do środka").
- ✓ Jeżeli dziecko posiada siedzisko specjalistyczne należy je sadzać w siedzisku ze zwróceniem szczególnej uwagi na pozycję dziecka.
- ✓ Jeżeli dziecko posiada ortezy należy je zakładać.
- ✓ Siad dziecka powinien być różnorodny. Dziecko powinno potrafić usiąść zarówno w siadzie prostym (z lekko ugiętymi lub swobodnie wyprostowanymi, ale nie usztywnionymi w wyproście nóżkami), siadzie bocznym (na obydwie strony), w siadzie na piętach czy w siadzie, w którym jedna z nóżek jest wyprostowana, a druga zgięta. **Nie powinniśmy dopuścić do siadu „W" !!!** Może być on jednym z wielu „sposobów" siadania jeżeli jednak dziecko siedzi tylko w „W" należy próbować zmienić ten siad ze względu na niekorzystny wpływ na stawy biodrowe Ponadto świadczyć również to może o osłabionej sile mięśni posturalnych.

- ✓ Pozycja siedząca przy stoliku – uda dziecka podparte na siedzisku i lekko odwiedzione, pośladki jak najbardziej dosunięte do oparcia, stopy całą powierzchnią oparte o podłoże, kończyny górne zgięte pod kątem prostym, przedramiona oparte na stoliku.
- ✓ Pionizacja- każde dziecko posiadające zlecenie lekarskie na pionizację należy pionizować czynnie w ortezach lub jeżeli posiada w ortezach w pionizatorze.
- ✓ Chodzenie – podczas chodu należy zwracać szczególną uwagę na prawidłowe obciążanie stopy, akcentować kroczenie od pięty, eliminować w miarę możliwości chodzenie na palcach.
- ✓ Chodzenie po schodach - należy zwracać uwagę na naprzemienność pracy kkg - „raz jedna nóżka wchodzi, raz druga" oraz podczas wykroku na przenoszenie ciężaru ciała lekko do przodu. Dziecko samo podtrzymuje się barierki lub jeżeli idziemy z dzieckiem za rękę, nie unosimy jej w górę, ale nasza ręka służy jako podpórka.