

Faleminderit përpjesëmarrje, fëmijë dhe prindër!



Framtagen av Arbetsgruppen skallasymmetri, Kunskapscentrum barnhälsovård
Faktaansvarig: Utvecklingsenhet barnhälsa
Reviderat: 2024-11-01

PARANDALIMI I KOKËS SË RRAFSHËT APO TË SH TREMBËR

Një broshurë informative për prind me fëmijë të vegjël



Këshilla parandaluese

Fëmija i vogël e mëson kontrollimin e trupit sa më shumë që rritet dhe zhvillohet. Duke e lënë fëmijun të shtrirë në bark, kur është i zgjuar, forcohen muskujt që janë të rëndësishëm për të zhvilluar një aftësi të mirë lëvizëse dhe balancin. Kjo e lehtëson barrën e kokës së pasme që prindërshe mund t'i bëhet e rrafshët nëse fëmija e mban kokën në të njëjtën pozitë. Ti mund të parandalosh që fëmijës suaj t'i bëet koka e rrafshët duke i zbatuar këtë këshilla të thjeshta:

Ndrysho pozitën kokës së fëmijut kur shtrihet në kurriz, nganjëherë me fytyrë të kthyer në të majtë e nganjëherë në të djathtë. Joshe fëmijun që vet t'a kthej kokën në drejtime të ndryshme, përmes zërit, lodrave dhe ndonjë stimulimi tjetër. Nëse fëmija nuk e kthen kokën në të dy anët apo ka një një anë më favorite atëherë diskutoje këtë me infermieren i BVC-së.



Shtrije fëmijun në bark kur është zgjuar dhe ti je afër tij. Që në fillim vendose fëmijun në bark, çaste të shkurtura, disa herë në ditë, p.sh kur i ndërroni pelenat dhe kur t'a veshni. Fëmija mund të shtrihet në bark mbi trupin e një të rrituri, psh.mbi gjoks apo prehër.



Kur fëmija shtrihet në bark mund të vendosësh një batanije të bërë rrotull nën gjoksin e fëmijës. Kjo i'a lehtëson fëmijës ngritjen e kokës dhe përdorimin e duarve. Sa më shumë që fëmija ushtrohet të rrij në bark aq më shumë do i pëlqej të rrij kështu edhe më gjatë.



Mbaje fëmijun shumë dhe në mënyra të ndryshme. Fëmijët duan të jenë afër prindërve. Mendo që të mbash fëmijun herë në anën e majtë e herë në të djathtë. Mund t'a mbash poashtu mbi bark me duar.