



Asker
kommune

Råd som gjelder ditt barn

Barnet har en favorittside med ansiktet vendt mot

- Sovestilling:
- Bærestillinger:
- Stimulering:
- Andre tips:

RÅD VED ASYMMETRIER FAVORITTSIDE HOS SPEDBARN



Hva er asymmetri eller favorittside?

Noen barn kan ha en favorittside, det vil si at de har hodet vendt mest mot en side. Barnet foretrekker å bruke hånden på favorittsiden mest og kan dermed utvikle skjevheter/asymmetri i bevegelser og stillinger. Asymmetri kan være medfødt eller oppstå etter fødselen. Favorittside er ofte lett å påvirke i en tidlig fase i utviklingen, og ulike tiltak kan forebygge utvikling av skjevheter i muskulatur og skjelett.

**Fysio-og ergoterapitjenesten
Barne- og familieenheten**

Hvorfor gir vi råd ved asymmetrier?

Målet er at barnet skal bruke begge sider like mye og dermed hindre utvikling av skjevheter i muskulatur og skjelett. Foreldrene kan gjøre mye for å forebygge favorittside, eller å endre på en asymmetrisk stilling. Barnet kan også henvises til fysioterapeut som kan bidra med råd og veiledning, spesifikke øvelser eller løse opp eventuelle spenninger eller «låsnings».

Mating:

Ved amming mater man ofte barnet like mye på begge sider. Får barnet flaske, bør man bytte side ved hvert måltid slik man gjør automatisk ved amming. I en periode kan man eventuelt mate konsekvent fra den siden barnet ser minst til/bruker minst.

Stell:

For å stimulere barnet til å holde hodet i midtstilling, er det best å stelle barnet forfra. Dersom barnet må ligge på tvers av stellebordet, kan du skifte side ved hvert stell. Du kan også stelle slik at barnet alltid stimuleres til å se til den siden det bruker minst.

Bæring:

Barnet bør holdes i stillinger der det stimuleres til å se til motsatt side av favorittsiden.



Hvile:

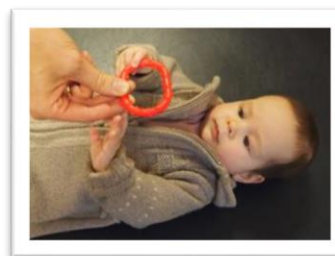
Når barnet ligger, bør det plasseres slik at de sterkeste stimuli (lys, tiltale, bevegelse) kommer fra den siden barnet ser minst til/bruker minst.

Samspill og lek:

Rygg- og mageleie er like viktig for barnets motoriske utvikling. Både i rygg- og mageleie er det viktig å legge barnet slik at barnet bruker begge sider like mye.



Ryggleie kan man holde en leke over brystet til barnet for at det skal kunne se på leken og etter hvert gripe den med begge hender. Barnet må da se ned, og det får tak i forsidens muskulatur samtidig som nakken strekkes og hodet kommer til midtstilling. Når en voksen legger en hånd over barnets brystkasse, vil det hjelpe barnet til å klare dette.



Mageleie er viktig også for barn med favorittside. Når barnet er våkent og opplagt, bør det ligge på magen og stimuleres til å se til begge sider og etter hvert støtte seg på begge armene.

Skjev hodefasong:

Noen barn har utviklet et skjevt hode pga. ensidig trykk på bakhodet. Dette vil bedre seg etter hvert som barnet bruker begge sider likt og ligger mer på magen. Fysioterapeutene samarbeider med manuellterapeuter og evt andre dersom det blir behov for ytterligere tiltak.

