Fysiotherapie bij een pasgeborene

Patiënteninformatie fysiotherapie

Fysiotherapie bij een pasgeborene

Inleiding

In het Moeder- en Kindcentrum (MKC) van het Bravis ziekenhuis schakelen we de kinderfysiotherapeut in voor baby’s die geboren zijn met een zwangerschapsduur van 35 weken of korter, of voor baby's met een laag geboortegewicht.

De kinderfysiotherapeut heeft veel kennis over de beweging en prikkelverwerking van vroeggeboren baby's, zoals hoe ze reageren op licht, geluid en beweging.

In deze folder vind je algemene informatie over de motorische ontwikkeling van te vroeg geboren baby’s of baby's met een laag geboortegewicht. Waar 'hij/hem' staat, kun je ook 'zij/haar' lezen.

De therapie kan al starten in de couveuse

In deze fase kijkt de kinderfysiotherapeut naar de houding en de bewegingen van je baby.

Misschien heeft je baby extra ondersteuning nodig om ‘doorschieten’ of overstrekken te voorkomen. Dit gebeurt vaak omdat de baby nog niet genoeg spierkracht heeft om zelf de romp, armen en beentjes gebogen te houden.

Hoe ziet dit (over)strekken eruit?

- Hoofd naar achteren duwen/ in de nek leggen;
- Schouders naar achteren trekken;
- Rug recht houden;
- Beentjes liggen recht;
- Handen in vuistjes.

Observatie en begeleiding

Als je baby in de wieg ligt en meer prikkels aan kan, breidt de kinderfysiotherapeut het onderzoek uit.

We kijken naar het verkleden, in bad gaan, optillen en neerleggen in bed.

We letten op hoe jij en je baby reageren. We geven tips zodat je baby zich zo ontspannen mogelijk voelt. Zo leren jij en je baby samen bewegen op een manier die het beste past bij wat hij al kan en zijn ontwikkelingsleeftijd.

Prikkels zijn dingen die je baby voelt, hoort of ziet. Denk aan bewegen, licht, geluid of aanraking. Elke baby kan een andere hoeveelheid prikkels hebben.

Als een baby te veel prikkels krijgt, wordt dat te druk voor hem. Dan laat hij merken dat hij moe of onrustig is. Dat kun je zien als hij huilt, gekke gezichtjes trekt, gaapt, wegkijkt, hikt en/of zijn handen tot vuistjes maakt.

Merk je dat je baby te veel prikkels krijgt?

Stop dan even met wat je doet. Neem een pauze zodat je baby tot rust kan komen. Je kan hem helpen door hem steun te geven en te begrenzen. Soms helpt een speen erbij. Je vindt zelf een manier die voor jullie beiden prettig is.

Tips en adviezen

Hieronder staan enkele tips en adviezen die je kunnen helpen. Wij zullen deze tijdens onze consulten ook toelichten en voordoen.

Oppakken van je baby

Rol je baby eerst op zijn zij door hem via de heupen van je af te draaien. Ga met je hand achter het hoofd en de schouders langs en til je baby zo met beide handen op in licht gebogen houding.

Neerleggen van je baby

Leg je baby neer vanuit licht gebogen houding, met de billen eerst op de ondergrond en rol hem rustig verder tot (zij-)ligging.

Dragen van je baby

Draag hem in de holte van je arm, waarbij je het bovenbeen vast houdt. Hoofd, schouders en armen zijn licht naar voren gebracht. Houd hem rechtop tegen je schouder aan, met goede ondersteuning van de billen, de rug en de nek.

Verkleden en verschonen van je baby

Houd je baby in een gebogen positie. Benader je baby recht van voren door het aankleedkussen te draaien.

Dit is ook een fijne houding voor contact.

Rol je baby op zijn zij bij het aandoen van luierpakje,de broek of shirt. Pak je baby bij de bovenbenen vast om hem 'op te rollen' en de luier goed onder de billen te schuiven.

Baden van je baby

Zorg dat je baby voldoende stabiliteit heeft in bad. Bijvoorbeeld door met zijn billen op de bodem te komen of met de voeten tegen de rand. Sommige baby's vinden in bad gaan lastig. Gebruik een hydrofiele luier om de armen en de benen bij elkaar te houden en overstrekken te voorkomen. De verpleegkundige kan je hierbij helpen.

Onderzoek

Naast bovenstaande observaties en adviezen kan de kinderfysiotherapeut ook een gestandaardiseerd onderzoek doen. Hierbij wordt gekeken naar de motoriek in buikligging, rugligging en zitten.

Dit gebeurt ook als je baby poliklinisch wordt opgevolgd.

Op basis van het onderzoek en de observaties geven we adviezen en oefentips om de motoriek van je baby goed te stimuleren.

Ontslag

Als het moment van ontslag nadert, bepalen de kinderarts en kinderfysiotherapeut de poliklinische opvolging. We informeren je hierover en nemen contact op met de collega die de behandeling thuis gaat voortzetten.

Vragen

Heb je nog vragen? Neem gerust contact op met afdeling revalidatie/kinderfysiotherapie van het Bravis ziekenhuis. We zijn bereikbaar op werkdagen van 8:30 - 17:00. Telefoonnummer: 088 – 70 68 493.

10/25