

Kinderfysiotherapie

# Uw kindje is te vroeg geboren

adviezen voor ouders en/of verzorgers

Als uw kindje te vroeg (prematuur) is geboren en/of een te laag geboortegewicht (dysmatuur) heeft, kan de motorische ontwikkeling (het bewegen) anders verlopen.

Daarom komt de kinderfysiotherapeut bij u langs om de houding en beweging van uw baby in de couveuse te bekijken. Als uw kindje in een wiegje komt te liggen, wordt er een afspraak met u gemaakt om de motorische ontwikkeling te bespreken.

## **Spierkracht**

In de laatste 2 maanden van de zwangerschap ontwikkelt een baby spierkracht. Een te vroeg geboren baby heeft daardoor minder spierkracht dan een volgroeide baby. Door het ontwikkelen van spieren kan uw baby het hoofdje in het midden houden en zo gaan kijken naar de handjes en voetjes. Dit is nodig voor het rollen van de rug naar de buik. Het omrollen is weer heel belangrijk voor de verdere motorische ontwikkeling.

## **Overstrekken**

Zo klein als het is, weet uw kindje goed duidelijk te maken als iets niet prettig is. Dit kunt u zien doordat het huilt, zich overstrekt, het hoofd naar achteren duwt of de handjes in vuistjes knijpt. Direct na de geboorte krijgt uw kindje te maken met de zwaartekracht en veel prikkels, zoals slangetjes, licht, geluid en verschillende handen aan het lijfje. Dit zijn allemaal zaken die (over)strekken kunnen veroorzaken.

## **Houding**

Een fijne houding voor een baby is een ronde houding. Rond staat voor ontspannen en goed in je vel zitten. Als uw kindje zich goed voelt, kan het rustig slapen. Hierdoor rust het goed uit en verzamelt het krachten om goed te kunnen drinken en zo goed te kunnen groeien. Ook heeft uw kindje een ronde houding nodig voor de motorische ontwikkeling.

# Hoe kunt u uw kindje helpen?

## Tips en adviezen

De ronde houding wordt ingezet vanuit het bekken. Door het bekken naar voren te kantelen, ontstaat er voor het hele lijf een ronde houding (hangmathouding). De armpjes komen naar de borstkas, de schouders komen iets omhoog waardoor zij steun geven aan het hoofdje. De baby spant automatisch de buikspieren aan en helpt daardoor de ronde houding vast te houden.

Vanuit rugligging kunt u uw kindje van de ene zij op de andere zij rollen. Opnieuw door uw kindje goed rond te maken, het bekken iets op te tillen en zo uw kindje te rollen. Uw baby neemt dan zelf het hoofdje mee.

## Verschonen

Bij het geven van een schone luier is het goed om uw kindje rond te maken door de beentjes schuin naar boven te buigen. Zo is er voldoende ruimte om te verschonen.

## Oppakken

- Rond maken.
- Hand onder de billen.
- Duim tussen de beentjes en de baby een beetje opzij rollen.
- Uw hand naast het hoofdje.
- Uw kindje in uw hand rollen.
- Goed rond houden.
- De baby tegen u aanleggen en in uw arm laten glijden.



Blijf letten op de ronde houding door goede bekkenkanteling. Het is goed om de handelingen heel rustig uit te voeren (slow motion) om een strekreflex te vermijden. Ook geeft u uw kindje dan de tijd om te reageren.

## **Controleafspraken**

Om de motorische ontwikkeling te volgen, adviseren we u voor controle op de polikliniek Fysiotherapie langs te komen. We zien uw baby graag op de leeftijd van 6 weken en nog een keer op de leeftijd van 3 maanden. We gaan hierbij uit van de leeftijd vanaf de uitgerekende geboortedatum.

Of er daarna nog controleafspraken nodig zijn, is afhankelijk van de ontwikkeling van uw kindje.

Voor het plannen van een afspraak wordt u door ons gebeld.

## **Mijlpalen motorische ontwikkeling**

Voor de mijlpalen van de motorische ontwikkeling (bijvoorbeeld leren kruipen) kunt u het beste rekenen met de leeftijd vanaf de uitgerekende geboortedatum. Anders verwacht u misschien meer van uw kindje dan haalbaar is.

## **Contact**

Hebt u vragen? De afdeling Fysiotherapie is bereikbaar van maandag tot en met vrijdag tussen 8:30 uur tot 16:00 uur.

T: 0515 - 48 81 70.

***Hebt u opmerkingen of tips over de informatie in deze folder?***

*Wij ontvangen ze graag via [folders@mijnantoniushuis.nl](mailto:folders@mijnantoniushuis.nl)*