



# SQUIGGLES EARLY ACTIVITY SYSTEM

AKTIVITETS- OG UTVIKLINGSHEFTE

BRUKERVEILEDNING

**LECKEY**<sup>®</sup>

# Lek med hensikt

### Tidlig intervensjon

Dette aktivitets- og utviklingsheftet er et nyttig verktøy for bruk sammen med Squiggles Early Activity System.

Heftet er laget som en veileder for foreldre og terapeuter. Det beskriver de ulike posisjonene babyer utvikler seg gjennom og hvordan Squiggles Early Activity System kan støtte denne utviklingen.

Dette heftet er ikke et endelig dokument.

Foreldre og terapeuter oppfordres til å jobbe sammen og tilpasse aktivitetene i heftet slik at de passer til det enkelte barns behov. Bruk de ulike støtteputene for å gi barnet trygghet og en hjelpende hånd i de første verdifulle årene av livet.



Squiggles Early Activity System er utviklet for å tilby en rekke ulike posisjoner og forslag til aktiviteter for tidlig intervensjon. Dette heftet viser deg hvordan du raskt, trygt og enkelt kan ta systemet i bruk. Ved å følge instruksjonene om sikkerhet og vedlikehold vil du ha glede av produktet i lang tid.

### **Bruksområde**

Squiggles Early Activity System er utviklet for babyer med spesielle behov, fra fødsel og opp til 3 års alder. Squiggles Early Activity System benyttes til tidlig intervensjon i hjemmet, på helsestasjonen eller i barnehagen.

### **Samsvarserklæring**

James Leckey Designs Ltd. som produsent og eneansvarlig, erklærer at Leckey Squiggles Early Activity System møter kravene i retningslinje 93/42/EEC og NS-EN12182 Tekniske hjelpemidler for funksjonshemmede – Generelle krav og prøvingsmetoder.

### **Garantivilkår**

Garantien gjelder kun når produktet er brukt i henhold til spesifiserte bruksområder og forhold, samt at alle anbefalinger fra produsent er fulgt. To års garanti gjelder for alle produkter og komponenter produsert av Leckey.

### **Produktoppfølging**

Dette produktet er klassifisert som klasse 1 Medisinsk produkt. Det skal derfor kun leveres ut, tilpasses og gjenbrukes av en teknisk kompetent person som har fått opplæring i bruk av produktet. Leckey anbefaler at det føres en skriftlig logg over alle tilpasninger, inspeksjoner ved gjenbruk og årlige kontroller for dette produktet.

### **Dokumentering av produktopplæring**

Dette Leckey-produktet er et klasse 1 Medisinsk produkt. Derfor anbefaler Leckey at foreldre, lærere og andre omsorgspersoner som skal bruke utstyret blir gjort oppmerksom på informasjonen i dette heftet. Leckey anbefaler at det føres en skriftlig logg over de personene som har fått opplæring i riktig bruk av produktet.

**Pakke ut**

Gratulerer med ditt Squiggles Early Activity system. Skjær opp tapen for å åpne esken. Pass på at du ikke skjærer gjennom esken slik at innholdet blir skadet. Ta alle delene ut av esken og kontroller at du har fått alle delene du har bestilt. Når du har sjekket at alle deler er til stede, er du klar til å begynne å bruke systemet.

**Tenk sikkerhet**

Evt. plastposer holdes utenfor barns rekkevidde.

**Komponenter**

Alle komponenter er klare til bruk. Løsne knappene på håndtaket på gulvmatten og legg den på gulvet. Løft pøller, kileputer etc. fra Squiggles baggen og du er klar til å begynne å bruke produktet.

Aktivitetsforslagene innen de fem nøkkelposisjonene ryggeleie, mageleie, sideleie, sitte og på alle fire beskriver i detalj hvordan produktet klargjøres og hvordan ha fullt utbytte av systemet.

**Sikkerhetsinformasjon**

- 1. Les alltid hele Brukerveiledningen før bruk.**
- 2. Barn skal alltid være under tilsyn når produktet er i bruk.**
- 3. Bruk bare Leckey-godkjente komponenter sammen med produktet. Modifiser ikke produktet på noen måte. Forsømmelse av å følge instruksjonene kan føre til fare for barnet eller omsorgsperson og vil gjøre garantien på produktet ugyldig.**
- 4. Ved usikkerhet om fortsatt trygg bruk av produktet eller dersom en eller flere deler skulle svikte, må all bruk av produktet opphøre. Kontakt Hjelpemiddelsentralen eller Sunrise Medical så raskt som mulig.**
- 5. Påse at barnet er trygt i produktet til en hver tid.**
- 6. Forlat aldri produktet på et hellende eller ujevnt underlag.**
- 7. Bruk alltid gulvmatten som underlag og bruk aldri de øvrige komponentene alene.**

- 8. Pass på at den harde velcroen alltid vender bort fra barnet.**
- 9. Leckey's produkter oppfyller brannforskriftene i henhold til NS-EN12182. Likevel skal produktet holdes borte fra direkte varmekilder inkludert åpen flamme, sigaretter og elektriske- og gassovner.**
- 10. Rengjør produktet jevnlig. Ikke bruk vaskemiddel med slipende effekt. Gjennomfør vedlikeholdskontroller jevnlig for å påse at produktet er i god stand.**
- 11. Produktet er laget for innendørs bruk. Når produktet ikke er i bruk skal det oppbevares på et tørt sted som ikke er utsatt for store temperatursvingninger (5-40°C).**

### **Et barns typiske utvikling**

En hver baby blir født med begrensede evner. Det er derfor de fleste anser de første tre årene av barnets liv som den viktigste perioden av barns utvikling (1). I løpet av denne tiden modnes nervesystemet sammen med sanser, muskler og ledd og de ulike delene lærer seg å jobbe sammen. Vanligvis kommer disse ferdighetene i en jevn progresjon. Hver ervervet ferdighet utgjør en byggestein for den neste, mer kompliserte ferdigheten. For eksempel vil en baby lære seg å holde hodet sitt før han lærer seg å sitte. Han vil slå vilkårlig etter leker før han lærer seg å åpne hånden og plukke opp leken. Han vil fokusere på nære ting før han lærer å snu på hodet og kunne følge et objekt i bevegelse med øynene.

### **Ved forsinket utvikling**

For noen babyer er ikke deres begrensninger som nyfødte så lette å beseire kun ved hjelp av tid. Dersom barnets utvikling er forsinket av en eller annen grunn, medfører det at barnet antagelig vil tilegne seg ferdigheter i et saktere tempo. I hvilket omfang barnet behersker ferdigheten kan også variere. Det er veldig viktig å huske at uansett barnets evner, følger utviklingen i store trekk samme rekkefølge. Hodekontroll må fortsatt utvikles før en selvstendig sittestilling, slå vilkårlig før gripe tak og fokus nære før barnet følger objekter i bevegelse.

### **Hjernens evne til å forandre seg**

Ved fødsel er ikke babyens hjerne fullt utviklet. Den vokser, utvikler seg og lager nye koblinger. Det er mulig at nye hjerneceller lærer funksjonene til skadede celler – til en viss grad kan hjernen lære å kompensere for dens ødelagte områder. Terapeuter kaller hjernens evne til å forandre seg for "nevrologisk plastisitet" (2). Evnen til å forandre seg avtar etter hvert som hjernens vekst avtar. Dette hjelper oss med å forstå hvorfor de første årene er så viktige for barna.

### **Tidlig intervensjon – fordel for barnet og familien**

Vi forstår nå hvorfor de første årene av barnets liv er kritiske for barnets generelle utvikling. Men hjernen utvikler ikke de nye koblingene helt på egen hånd. Det er også nødvendig med trening og øvelse. Når barnet trenger litt ekstra

hjelp for å nå utviklingsmålene i løpet av de første tre årene, som oftest ergoterapi, fysioterapi og/eller logoped, kalles denne hjelpen for "tidlig intervensjon".

Tidlig intervensjon støttes av mange forskningsstudier. For noen barn kan tidlig intervensjon medføre mindre irritasjon (3-5) og bedre fysiske, sensoriske og selvstendige ferdigheter (5,6). For noen familier kan dette inkludere bedre kontakt og interaksjon med barnet (3,5,7), mindre engstelse (3,5) og bedre informasjon, ressurser og støtte (4,8,9,10).

### **Samarbeid mellom foreldre og terapeuter**

Terapeuter alene kan ikke gi den ekstra hjelpen som barn med forsinket utvikling kan trenge – rett og slett fordi det er foreldre og andre omsorgspersoner som tar seg av barnet 24 timer i døgnet. Terapeuter spiller likevel en viktig rolle når det kommer til kartlegging av barnets utvikling og behov og anbefaling av aktiviteter som hjelper barnet med å nå sitt neste utviklingsmål. Forskning har vist at tiltak innen tidlig intervensjon som kombinerer fokus på barn og foreldre har større betydning for barnets utvikling (11). Foreldre og terapeuter som jobber sammen mot felles utviklingsmål for barnet, har potensialet til å få de beste mulige resultatene.

### **Lek med mening**

Så langt har vi snakket om barns utvikling, tidlig intervensjon og trening. Dette lyder fort veldig seriøst og gjør det lett å glemme at den "intervensjonen" og "treningen" vi snakker om rett og slett er lek med mening. Barn med forsinket utvikling, som alle andre barn, lærer gjennom lek – barn jobber faktisk hardere for å nå målene sine når de har det gøy gjennom lek. Så slapp av – som foreldre, besteforeldre, søster, bror, venn ...listen er uendelig... du vil kunne hjelpe den lille med å nå sitt potensiale bare ved å forstå hvorfor du leker en spesifikk lek i visse stillinger. Vi skal se nærmere på dette senere.

Nummere i parentes (1,2 etc) er referanser til ulike studier. Se Referanser på siste side for mer informasjon.

### **Tidlig Aktivitet**

Leckey har jobbet sammen med erfarne terapeuter, samt benyttet resultater fra utgitte studier og egen erfaring for å utvikle Squiggles Early Activity system. Dette modulbaserte systemet er utviklet for å hjelpe ditt barn å forbedre sine fysiske, kognitive og sansemotoriske evner ved å oppfordre til lek i fem nøkkelstillinger. Disse stillingene er hovedstillingene i tidlig utvikling og danner grunnlag for andre ferdigheter.

Squiggles Early Activity System er utviklet for å gi deg mulighet til å sette sammen ulike stillinger og aktiviteter for ditt barn, for å sikre den beste starten for utvikling. Å endre stilling er viktig da dette er det som senere tillater barnet ditt å gjøre framskritt på egenhånd. Målet er å tillate barnet ditt å utvikle et mangfoldig bevegelsesrepertoar samtidig med at det skal bli sterkere og mer koordinert.

### **De fem stillingene**

Squiggles Early Activity system gir støtte til meningsfull lek i:

**Ryngleie**

**Mageleie**

**Sideleie**

**Sittende på gulvet**

**Hender og føtter (stående på alle fire)**

Barnet ditt kan like noen stillinger bedre enn andre og noen stillinger er kanskje ikke tilrådelige for ditt barn av medisinske grunner. Det er viktig at du tar i mot råd fra barnets terapeut(er) når det gjelder å finne de beste stillingene for ditt barn. Dette avhenger av om barnet ditt har stram muskulatur (høy tonus) eller er slapp (lav tonus), barnets utviklingsnivå og toleranse for ulike stillinger. Noen stillinger kan måtte unngås av medisinske grunner mens andre stillinger trenger å bli oppmuntret selv om barnet ditt ikke er så veldig glad for dette i starten!

### **Overganger**

Overganger er de stillingene eller bevegelsene som er nødvendige for å komme fra en stilling til en annen. For eksempel er å rulle den nødvendige overgangen mellom mageleie og ryggeleie og tilbake igjen. For selvstendig å kunne endre stilling trenger barnet ditt å lære seg å forskyve kroppsvekten sin og støtte denne vekten med en del av kroppen samtidig som barnet flytter en annen del av kroppen. Noen aktiviteter vil bli anbefalt av barnets terapeut for å jobbe spesielt med overganger.

### **Stilling vs aktivitet**

Stillingen som du plasserer barnet ditt i og aktiviteten som du velger for barnet i den stillingen er like viktige. Derimot vil barnets ferdigheter i en stilling avgjøre hvor vanskelig aktivitet han kan klare å utføre. Dersom barnet syns det er vanskelig å sitte, vil mesteparten av hans energi gå med til å sitte – velg derfor en lett aktivitet. Dersom målet innebærer en vanskeligere aktivitet, må barnet flyttes til en enklere stilling eller vi må gi barnet mer støtte. Dermed er blir ikke barnet overlesset og det er mer sannsynlig at han opplever suksess.



**Noen punkter å huske på angående hvordan barnet ditt lærer seg nye ferdigheter**

Uansett hvilken stilling du plasserer barnet i eller hvilken aktivitet du utfører, er det tanker du kan ha i bakhodet for å hjelpe prosessen (2).

Å lære er en aktiv prosess – oppmuntre barnet ditt til å gjøre så mye han klarer på egenhånd. Selv på et veldig tidlig stadium er denne aktive utforskningen fundamentet for problemløsning.

Motivasjon er nøkkelen – bruk leker og aktiviteter som du vet barnet ditt er interessert i, spesielt dersom stillingen ikke er blant favorittene. Benytt små målbare trinn for å motivere barnet.

Øvelse gjør mester – det virker opplagt, men tenk på barns typiske utvikling. De gjentar oppgaver om igjen og om igjen inntil de behersker dem. Det er kanskje ikke lett for ditt barn å lære seg nye ferdigheter, så vær tålmodig og engstede deg ikke dersom ikke ferdighetene kommer raskt. Rådfør deg med terapeuten i forhold til hyppighet og varighet av lekestundene.

Vi forstår fortsatt ikke fullt ut om læring overføres fra en aktivitet til en annen (2). Bli derfor ikke engstelig dersom en aktivitet som mestres i en stilling trenger øvelse igjen når en ny stilling introduseres.

Tilbakemelding hjelper læringen – ved tidlige utviklingsstadier inkluderer dette ansiktsuttrykket ditt, klapping etc. Senere kan det inkludere muntlig ros, men pass på at din entusiastiske tilbakemelding ikke forstyrrer barnet.

### Squiggles Early Activity System

Squiggles Early Activity System er utviklet for å ha et uendelig antall kombinasjoner. De ulike støttedelene er beskrevet med noen av de mest vanlige bruksområdene. Alle støtteputer oppbevares i en Squiggles bag for enkel lagring.



### Polstret gulvmatte

Den komfortable gulvmatten er dekket av myk velcro. Dette fører til at alle de ulike støtteputene rask og enkelt kan plasseres på ønsket sted. Gulvmatten har også velcro på undersiden for enda flere stillingsmuligheter.

### Fire fleksible pøller

Pøllene kommer i to størrelser og kan benyttes på eller under gulvmatten. De kan benyttes alene, festes på hverandre eller på andre støtter for å gi riktig nivå av støtte.

### Posisjoneringsbånd

Bruk posisjoneringsbåndene i tillegg til pøllene for å oppnå ekstra støtte foran, på siden eller bak barnet ved behov. Alternativt kan båndene benyttes alene for mindre støtte når pøllene ikke lenger er nødvendige.

### Hodestøtte

Hodestøtten er formet for å gi god støtte til hodet. Hodestøtten kan brukes alene eller sammen med de avtakbare sidestøttene. Sidestøttene til hodestøtten er nyttige ved ryggeleie og sideleie, men kan også benyttes sammen med andre støtteputer for ytterligere posisjoneringsmuligheter.

### Skråpute

Skråputen er i første omgang utviklet for å gi støtte til overkroppen i mageleie. Skråputen kan også benyttes under hodet i ryggeleie for å oppmuntre til å trekke haken innover eller under baken når barnet sitter på gulvet (sammen med sittestøtteputen) for å gi et framovertilt eller bakovertilt bekken avhengig av ønsket stilling.

### Sittestøttepute

Sittestøtteputen er utviklet for å gi barnet ditt støtte i nedre del av ryggen samtidig som armene er fri til å utføre aktiviteter og andre ferdigheter. Ved å benytte andre elementer i tillegg kan du gi barnet økt støtte foran, bak eller på sidene av kroppen.

### Stoffet

Stoffet som er benyttet på støtteputene er et høykvalitets stoff som er nesten 100 ganger mer slitesterkt enn vanlig vinyl.

Stoffet har permanente sopphemnende og bakteriehemnende egenskaper som i veldig stor grad minimerer risikoen for kryssinfeksjon. Bakterier slik som MRSA (gule stafylokokker) kan ikke vokse på dette stoffet.

Den mye overflaten på stoffet er lett å vaske ved hjelp av alkoholholdige våtservietter, slik at maskinvask ikke er nødvendig.

- | 1x Polstret gulvmatte
- | 1x Skråpute
- | 1x Sittestøttepute
- | 1x Hodestøtte
- | 2x Posisjoneringsbånd
- | 4x Fleksible pøller





## 1. Ryggleie

### Kliniske fordeler ved ryggleie

Ryggleie er den mest grunnleggende stillingen for utvikling. Når barnet ligger på ryggen er hele kroppen støttet symmetrisk av underlaget. Dette gjør ryggleie til et veldig trygt utgangspunkt for å jobbe med fysiske, kognitive og sensoriske ferdigheter som danner grunnlag for mer komplekse ferdigheter. De følgende delene forklarer mer om de ulike ferdighetene.

### Fysiske målsetninger

Babyen vil få fordeler av styrket nakke-, mage-, skulder- og hoftebøymuskulatur fordi han må løfte hodet, armene og bena mot gravitasjonskraften. Det kan også bidra til å bryte et ekstensjonsmønster dersom musklene er stramme. Utvikling av føttene oppmuntres i ryggleie – sparking samt å ta føttene opp mot munnen hjelper til med å styrke fotmuskulaturen som er viktig for vektbæring senere.

### Kognitive målsetninger

Fra ryggleie kan babyen være i stand til å strekke seg etter eller komme bort i leker som henger fra et babygym eller som blir holdt foran ansiktet hans. Med øvelse vil en slik vilkårlig bevegelse bli gradvis mer overveid med en forståelse av "årsak og virkning". Likeledes kan barnet lære å sparke til leker plassert nære føttene. Når barnet fører hendene og føttene sammen for å utforske, lærer han om kroppens ulike deler og deres innbyrdes forhold. Dette danner basis for kroppsbewissthet og koordinasjon.

### Sensoriske målsetninger

Når barnet ligger på ryggen er det enklest å fokusere øynene på et dinglede objekt. Først lærer han å følge objektet gjennom en kvart sirkel ved å bevege kun øynene, deretter en halv sirkel ved å snu på hodet så vel som øynene. Når barnet blir oppmerksom på sine egne hender og føtter og beveger disse mot munnen, utvikler han øye-håndkoordinasjon og finmotoriske egenskaper. Selv mottrykket fra gulvet som barnet kjenner mot hele ryggen hjelper han til å utvikle en oppfattelse av foran og bak. Likeledes gir tilbakemelding fra muskler og ledd (proprioeksjon) viktig informasjon om kroppens stilling i forhold til omgivelsene.

### Overganger

Å rulle er en ferdighet som gjør barnet i stand til å bevege seg fra ryggleie til mageleie. Rulling utvikles over to stadier. Noen barn med forsinket utvikling ruller med hele kroppen i en bevegelse. Målet er å utvikle "delt rulling" – der hodet snur først, deretter skuldrene, overkroppen, bekket, bena og til slutt føttene. Denne rotasjonen i overkroppen er et viktig grunnlag for bevegelsene som er nødvendige for senere å kunne krabbe.

### Veiledning for stillingen

For aktiviteter i ryggleie kan barnet plasseres på rygg med hodet støttet av en skråpute. Dette for å oppmuntre barnet til å trekke inn haken. Plasser en pølle under knærne og en mindre pølle på hver side av overkroppen for å holde barnet stabilt. Prøv å passe på at hodet starter og slutter i midtlinje. Husk at dette kun er et eksempel på en stilling – terapeuten din vil gi deg mer spesifikk veiledning.

## 1. Ryggleie

### Aktivitetsforslag 1

Hold en fargesterk leke (for eksempel et skjerv eller en pom-pom) ca. 30-40cm over barnets ansikt. Beveg objektet sakte fra høyre til venstre i en kvart sirkel, deretter tilbake igjen. Pass på at barnet klarer å holde følge med øynene. Gjør oppgaven litt vanskeligere ved å holde leken 40-45cm fra barnets ansikt og beveg det gjennom en halvsirkel for å oppmuntre til hodebevegelse.

De fleste aktiviteter kan inkludere sensoriske komponenter dersom det legges litt tanke i valg av leke eller overflaten som benyttes. Bruk rangler, leker som piper, fargesterke baller, knitrende papir etc for å oppmuntre barnets syn, hørsel og følelse. Dersom barnet tolererer det kan du la barnet gjennomføre aktiviteten med vest. Dette gir maksimalt med sensorisk tilbakemelding. Ergoterapeuten/fysioterapeuten kan råde deg i forhold til de tiltakene som er best for ditt barn.

Varighet: \_\_\_\_\_

Frekvens: \_\_\_\_\_



## 1. Ryngleie

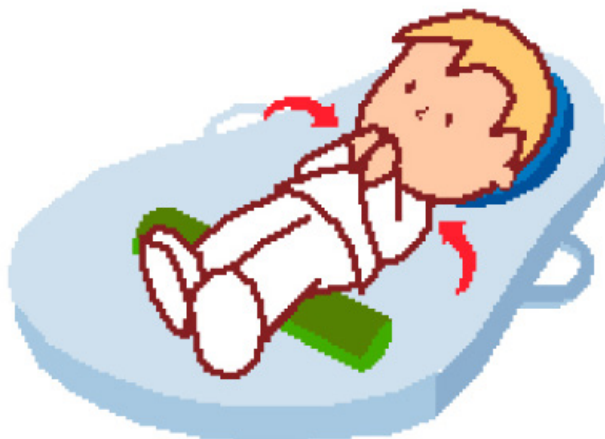
### Aktivitetsforslag 2

Oppmuntre barnet til å føre hendene sammen i brysthøyde. Plasser hendene dine bak skuldrene til barnet for å oppmuntre armene til å komme framover.

De fleste aktiviteter kan inkludere sensoriske komponenter dersom det legges litt tanke i valg av leke eller overflaten som benyttes. Bruk rangler, leker som piper, fargesterke baller, knitrende papir etc for å oppmuntre barnets syn, hørsel og følelse. Dersom barnet tolererer det kan du la han gjennomføre aktiviteten med vest. Dette gir maksimalt med sensorisk tilbakemelding. Ergoterapeuten/fysioterapeuten kan råde deg i forhold til de tiltakene som er best for ditt barn.

Varighet: \_\_\_\_\_

Frekvens: \_\_\_\_\_



## 1. Ryggleie

### Aktivitetsforslag 3

Benytt stillingen beskrevet i veiledningen side 13. Bruk i tillegg et posisjoneringsbånd til å stabilisere barnets hofter. Oppmuntre barnet til å strekke den venstre armen over kroppen til en leke på høyre side og motsatt. Legg hånden din bak skulderen til barnet for å hjelpe til dersom det er nødvendig. For å gjøre aktiviteten litt vanskeligere kan posisjoneringstroppen fjernes og leken flyttes lenger ut på siden. Barnet skal behøve å legge vekten over på en hofte for å rekke leken. Dette er en grunnleggende ferdighet for senere å lære seg å rulle.

De fleste aktiviteter kan inkludere sensoriske komponenter dersom det legges litt tanke i valg av leke eller overflaten som benyttes. Bruk rangler, leker som piper, fargesterke baller, knitrede papir etc for å oppmuntre barnets syn, hørsel og følelse. Dersom barnet tolererer det kan du la han gjennomføre aktiviteten med vest. Dette gir maksimalt med sensorisk tilbakemelding. Ergoterapeuten/fysioterapeuten kan råde deg i forhold til de tiltakene som er best for ditt barn.



Varighet: \_\_\_\_\_

Frekvens: \_\_\_\_\_



## 1. Ryngleie

### Aktivitetsforslag 4

Hold barnets føtter og hjelp han med å sparke eller "sykle" med bena. Dette hjelper han å styrke magen, bena og føttene og bevegelsen er nødvendig for vektbæring og bevegelse senere.

De fleste aktiviteter kan inkludere sensoriske komponenter dersom det legges litt tanke i valg av leke eller overflaten som benyttes. Bruk rangler, leker som piper, fargesterke baller, knitrende papir etc for å oppmuntre barnets syn, hørsel og følelse. Dersom barnet tolererer det kan du la han gjennomføre aktiviteten med vest. Dette gir maksimalt med sensorisk tilbakemelding. Ergoterapeuten/fysioterapeuten kan råde deg i forhold til de tiltakene som er best for ditt barn.

Varighet: \_\_\_\_\_

Frekvens: \_\_\_\_\_



## 1. Ryggleie

### Aktivitetsforslag 5

Før barnets føtter og hender sammen. Denne midtlinjestillingen er bra for symmetri og barnet begynner å lære seg å bruke begge sider av kroppen sammen. Denne stillingen danner også grunnlag for rulling.

De fleste aktiviteter kan inkludere sensoriske komponenter dersom det legges litt tanke i valg av leke eller overflaten som benyttes. Bruk rangler, leker som piper, fargesterke baller, knitrende papir etc for å oppmuntre barnets syn, hørsel og følelse. Dersom barnet tolererer det kan du la han gjennomføre aktiviteten med vest. Dette gir maksimalt med sensorisk tilbakemelding. Ergoterapeuten/fysioterapeuten kan råde deg i forhold til de tiltakene som er best for ditt barn.

Varighet: \_\_\_\_\_

Frekvens: \_\_\_\_\_



## 1. Ryggleie

### Aktivitetsforslag 6

For å oppmuntre barnet til å rulle fra rygg til mage, plasserer du barnet på ryggen og fører hendene og føttene sammen i midtlinjen. Oppmuntre han til å rulle til en side til sideleie. Fra denne stillingen kan du hjelpe barnets hofter litt rundt ved å vri forsiktig. Støtt hoftene og plasser en morsom leke ved hodet hans for å oppmuntre han til å snu på hodet og strekke seg etter leken. Når hodet og skuldrene dreier rundt vil barnet rulle over på magen. Hjelp han med å støtte seg på albue for å sikre åpne luftveier.

De fleste aktiviteter kan inkludere sensoriske komponenter dersom det legges litt tanke i valg av leke eller overflaten som benyttes. Bruk rangler, leker som piper, fargesterke baller, knitrede papir etc for å oppmuntre barnets syn, hørsel og følelse. Dersom barnet tolererer det kan du la han gjennomføre aktiviteten med vest. Dette gir maksimalt med sensorisk tilbakemelding. Ergoterapeuten/fysioterapeuten kan råde deg i forhold til de tiltakene som er best for ditt barn.

Varighet: \_\_\_\_\_

Frekvens: \_\_\_\_\_

## 1. Ryggleie

### Aktivitetsforslag 7

Gjør rullingen litt vanskeligere ved å holde den nederste delen av kroppen stødig ved å bruke hendene eller et posisjoneringsbelte. Oppmuntre barnet til å rulle først med overkroppen. Plasser leker rett utenfor rekkevidde. Når overkroppen dreier tillater du underkroppen å følge etter.

De fleste aktiviteter kan inkludere sensoriske komponenter dersom det legges litt tanke i valg av leke eller overflaten som benyttes. Bruk rangler, leker som piper, fargesterke baller, knitrende papir etc for å oppmuntre barnets syn, hørsel og følelse. Dersom barnet tolererer det kan du la han gjennomføre aktiviteten med vest. Dette gir maksimalt med sensorisk tilbakemelding. Ergoterapeuten/fysioterapeuten kan råde deg i forhold til de tiltakene som er best for ditt barn.

Varighet: \_\_\_\_\_

Frekvens: \_\_\_\_\_







## 2. Mageleie

### Kliniske grunner for mageleie

Undersøkelser viser at rundt halvparten av barna med typisk utvikling viser noe forsinket utvikling ved seks måneders alder dersom de aldri plasseres på magen i våken tilstand (12). I tillegg tenderer ryggmuskulaturen (ekstensorene) til barn med forsinket utvikling til å være svakere (2). Dette gjør det spesielt viktig med litt tid i mageleie hver dag. Dette er en vanskeligere stilling for barnet. For å kunne se seg rundt må hun løfte hodet opp fra underlaget. Hodene til babyer er større i proporsjon til resten av kroppen slik at å løfte hodet mot tyngdekraften er slitsomt. Husk å starte med enkle aktiviteter.

### Fysiske målsetninger

De terapeutiske og utviklingsmessige fordelene av å ligge i denne stillingen har blitt rapportert i studier som forbedret styrke i overkroppen, forbedret styrke i skuldre og forbedret ekstensjonsbevegelser (rette seg opp) (13,14,15). Å løfte hodet og skuldrene mot tyngdekraften hjelper til med å styrke ekstensormuskulaturen i ryggen. Dette er gunstig for barn med lav tonus (slapp muskulatur). Det er også en viktig byggestein for å kunne sitte. Utvikling av hendene fremmes ved at vekt bæres av skjelettet og ledene og musklene styrkes. Utvikling av føttene kan også oppmuntres i denne stillingen ved plassering av pøller eller leker – se aktivitetsforslag senere.

### Kognitive målsetninger

I mageleie trenger babyen en rimelig god hodekontroll før han vil være i stand til å støtte seg på underarmene for å leke med en leke i midtlinjen eller strekke seg etter noe med en hånd av gangen. Hvis ikke vil mageleie være vanskelig og slitsomt. Etter hvert som babyen lærer seg å holde hodet og støtte seg på underarmene, vil skuldrene og armene gi sensorisk tilbakemelding i forhold til deres stilling i relasjon til kroppen og omgivelsene. Når dette settes sammen med synsinntrykk og omgivelsene når barnet strekker seg etter leker, utvikles romforståelse.

### Sensoriske målsetninger

I mageleie vil barnet oppleve en følelse av trygghet. Hun fortetter å utvikle sitt visuelle fokus og å følge med øynene, samt utvikler oppmerksomhet på egen kropp. Med rimelig hodekontroll vil barnet være i stand til å leke en liten stund i denne stillingen. Dette fortsetter å styrke muskulaturen samtidig som hun utforsker omgivelsene med blikket.

### Overganger

Å rulle er en ferdighet som gjør barnet i stand til å bevege seg fra ryggeleie til mageleie. Rulling utvikles over to stadier. Noen barn med forsinket utvikling ruller med hele kroppen i en bevegelse. Målet er å utvikle "delt rulling" – der hodet snur først, deretter skuldrene, overkroppen, bekkenet, bena og til slutt føttene. Rotasjonen i overkroppen danner et viktig grunnlag for bevegelsene som er nødvendige for senere å kunne krabbe.

### Veiledning til stillingen

Plasser en liten pølle eller skråpute under barnets bryst. Gi kroppen støtte slik at både overkroppen og benene er stabile. Bruk et posisjoneringsbelte til å stabilisere bekkenet ved behov. Husk at dette bare er et eksempel, ergo- eller fysioterapeuten din vil gi deg mer spesifikke retningslinjer.

## 2. Mageleie

### Aktivitetsforslag 1

Oppmuntre barnet ditt til å løfte hodet – bruk favorittleken til å motivere han. For å gjøre aktiviteten litt vanskeligere kan du forsøke å bevege leken sakte fra side til side slik at barnet må snu på hodet for å følge leken med øynene.

De fleste aktiviteter kan inkludere sensoriske komponenter dersom det legges litt tanke i valg av leke eller overflaten som benyttes. Bruk rangler, leker som piper, fargesterke baller, knitrende papir etc for å oppmuntre barnets syn, hørsel og følelse. Dersom barnet tolererer det kan du la han gjennomføre aktiviteten iført vest. Dette gir maksimalt med sensorisk tilbakemelding. Fysio-/ergoterapeuten kan råde deg i forhold til de tiltakene som er best for ditt barn.

Varighet: \_\_\_\_\_

Frekvens: \_\_\_\_\_





## 2. Mageleie

### Aktivitetsforslag 2

Oppmuntre barnet til å skyve fra med armene med åpne hender. Dette vil styrke skuldrene og øvre del av overkroppen og oppmuntrer til vektbæring gjennom armene – en grunnleggende ferdighet for å kunne stå på alle fire. Det er også et tidlig utgangspunkt for finere motoriske ferdigheter som krever stabilitet i skuldrene for å ha den nødvendige kontrollen.

De fleste aktiviteter kan inkludere sensoriske komponenter dersom det legges litt tanke i valg av leke eller overflaten som benyttes. Bruk rangler, leker som piper, fargesterke baller, knitrende papir etc for å oppmuntre barnets syn, hørsel og følelse. Dersom barnet tolererer det kan du la han gjennomføre aktiviteten iført vest. Dette gir maksimalt med sensorisk tilbakemelding. Fysio-/ergoterapeuten kan råde deg i forhold til de tiltakene som er best for ditt barn.

Varighet: \_\_\_\_\_

Frekvens: \_\_\_\_\_



## 2. Mageleie

### Aktivitetsforslag 3

Mens barnet løfter hodet kan du oppfordre han til å strekke seg etter og gripe med en hånd, deretter den andre. Dette hjelper å utvikle strekk i overkropp og nedre del av ryggen – begynnelsen på svaien i korsryggen. Vektskiftet som skjer når barnet bruker en hånd om gangen fremmer en mer kompleks muskel kontroll – det danner grunnlag for å sitte og benytte armene mot tyngdekraften.

De fleste aktiviteter kan inkludere sensoriske komponenter dersom det legges litt tanke i valg av leke eller overflaten som benyttes. Bruk rangler, leker som piper, fargesterke baller, knitrende papir etc for å oppmuntre barnets syn, hørsel og følelse. Dersom barnet tolererer det kan du la han gjennomføre aktiviteten iført vest. Dette gir maksimalt med sensorisk tilbakemelding. Fysio-/ergoterapeuten kan råde deg i forhold til de tiltakene som er best for ditt barn.

Varighet: \_\_\_\_\_

Frekvens: \_\_\_\_\_



## 2. Mageleie

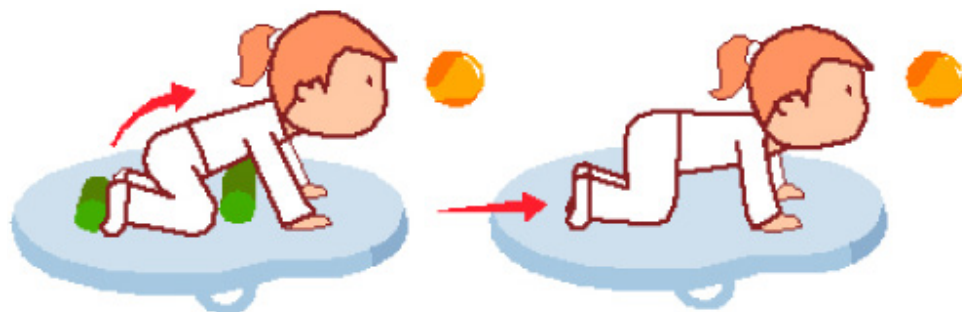
### Aktivitetsforslag 4

Plasser barnet i en sammenkrøpet stilling på magen. Pass på at hun har frie luftveier. Pass også på at hoftene, knærne og anklene er bøyet og plasser en pølle bak føttene hennes. Vis henne en morsom leke og hun vil antagelig begynne å sparke fra og skyve seg framover. Kil barnet under føttene og plasser dem mot pøllen for å oppmuntre til bevegelse. Dette er en grunnferdighet for kravling og krabbing.

De fleste aktiviteter kan inkludere sensoriske komponenter dersom det legges litt tanke i valg av leke eller overflaten som benyttes. Bruk rangler, leker som piper, fargesterke baller, knitrede papir etc for å oppmuntre barnets syn, hørsel og følelse. Dersom barnet tolererer det kan du la han gjennomføre aktiviteten iført vest. Dette gir maksimalt med sensorisk tilbakemelding. Fysio-/ergoterapeuten kan råde deg i forhold til de tiltakene som er best for ditt barn.

Varighet: \_\_\_\_\_

Frekvens: \_\_\_\_\_



## 2. Mageleie

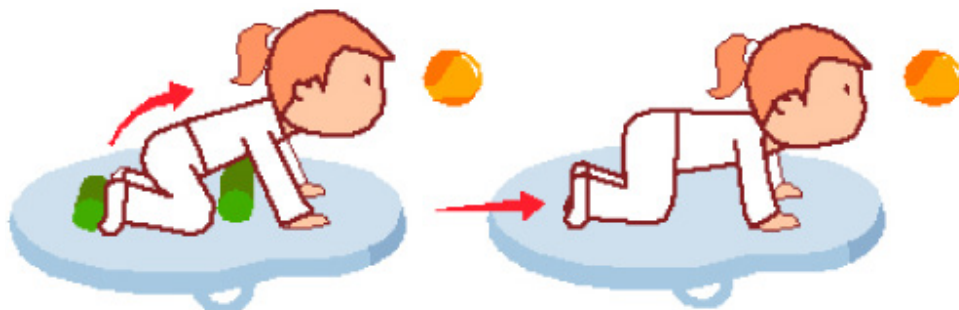
### Aktivitetsforslag 5

For å oppmuntre barnet til å rulle fra rygg til mage, plasserer du barnet på ryggen og fører hendene og føttene sammen i midtlinjen. Oppmuntre han til å rulle til en side til sideleie. Fra denne stillingen kan du hjelpe barnets hofter litt rundt ved å vri forsiktig. Støtt hoftene og plasser en morsom leke ved hodet hans for å oppmuntre han til å snu på hodet og strekke seg etter leken. Når hodet og skuldrene dreier rundt vil barnet rulle over på magen. Hjelp han med å støtte seg på albue for å sikre åpne luftveier.

De fleste aktiviteter kan inkludere sensoriske komponenter dersom det legges litt tanke i valg av leke eller overflaten som benyttes. Bruk rangler, leker som piper, fargesterke baller, knitrende papir etc for å oppmuntre barnets syn, hørsel og følelse. Dersom barnet tolererer det kan du la han gjennomføre aktiviteten iført vest. Dette gir maksimalt med sensorisk tilbakemelding. Fysio-/ergoterapeuten kan råde deg i forhold til de tiltakene som er best for ditt barn.

Varighet: \_\_\_\_\_

Frekvens: \_\_\_\_\_



## 2. Mageleie

### Aktivitetsforslag 6

Gjør rullingen litt vanskeligere ved å holde den nederste delen av kroppen stødig ved å bruke hendene eller et posisjoneringbelte. Oppmuntre barnet til å rulle først med overkroppen. Plasser leker rett utenfor rekkevidde. Når overkroppen dreier tillater du underkroppen å følge etter.

De fleste aktiviteter kan inkludere sensoriske komponenter dersom det legges litt tanke i valg av leke eller overflaten som benyttes. Bruk rangler, leker som piper, fargesterke baller, knitrede papir etc for å oppmuntre barnets syn, hørsel og følelse. Dersom barnet tolererer det kan du la han gjennomføre aktiviteten iført vest. Dette gir maksimalt med sensorisk tilbakemelding. Ergoterapeuten kan råde deg i forhold til de tiltakene som er best for ditt barn.

Varighet: \_\_\_\_\_

Frekvens: \_\_\_\_\_





### 3. Sideleie

#### Kliniske grunner til sideleie

Sideleie er ikke egentlig et eget utviklingsområde. I typisk utvikling er barnet innom sideleie via overganger fra ryggeleie til mageleie og tilbake.

For barn med forsinket utvikling kan derimot ryggeleie eller mageleie innebære for mange utfordringer. For barn med ujevn muskeltonus (der musklene i en side av kroppen er strammere enn i den andre) eller med sterke reflekser som forstyrrer evnen til å bruke begge sider av kroppen sammen, kan det være vanskelig å føre hendene sammen i midtlinjen. Å føre hendene sammen i midtlinjen tillater spesielt utvikling av finere motoriske (hånd- og arm-) ferdigheter samt kognitive og sensoriske ferdigheter.

#### Fysiske målsetninger

Sideleie kan bryte et sterkt ekstensjonsmønster (der ryggeleie ikke oppnår dette). Tyngdekraften hjelper til med å føre barnets armer sammen i midtlinjen. Hvilken side barnet ligger på bør varieres der dette er mulig for å bevare symmetri. Hvilken side man velger å legge barnet på avhenger av barnets tilstand og målet med aktiviteten. For eksempel, for noen barn med hemiplegi (når en side av kroppen ikke fungerer like godt som den andre) kan det å ligge på den dårlige armen hjelpe til med å kontrollere uønskede armbevegelser og forbedre to-hånds lek. Alternativt kan det å ligge på den friske siden oppmunter til bruk av den dårlige armen. Terapeuten din vil avgjøre hvilken side som er best for det enkelte mål.

#### Kognitive målsetninger

På samme måte som ryggeleie og mageleie, hjelper sideleie barnet med å utvikle "årsak-virkning"-lek, kroppsbevissthet og koordinasjon. Stabiliteten som denne stillingen gir fremmer utviklingen av konsentrasjon da lek er mindre forstyrrer av uønskede kroppsbevegelser.

#### Sensoriske målsetninger

På grunn av at asymmetrisk muskeltonus og/eller reflekser kan påvirke barnets symmetri, vil

sideleie redusere effekten av disse. Dette bidrar til at babyen er i stand til å oppleve mer vanlige bevegelsesfornemmelser. Han kan også bruke øynene mer effektivt til å følge objekter når hodets stilling er mer sentrert i forhold til resten av kroppen.

#### Overganger

Å rulle er en ferdighet som gjør barnet i stand til å bevege seg fra ryggeleie til mageleie. Rulling utvikles over to stadier. Noen barn med forsinket utvikling ruller med hele kroppen i en bevegelse. Målet er å utvikle "delt rulling" – der hodet snur først, deretter skuldrene, overkroppen, bekkenet, bena og føttene.

#### Veiledning for stillingen

Plasser babyen i en bøyd (flektert) posisjon på siden. Bruk en stor pølle bak kroppen og hodet. Bruk en mindre pølle til å lage en stol-form som holder barnets ben bøyet samtidig som baken får støtte. Varier hvilken side barnet ligger på dersom det er mulig. Husk at dette bare er et eksempel, barnets fysio-/ergoterapeuten vil gi deg nærmere råd.

### 3. Sideleie

#### Aktivitetsforslag 1

Plasser en leke innen rekkevidde av barnets hånd. Oppmuntre barnet til å slå borte i, strekke seg etter og utforske med to hender, flytte leken fra en hånd til den andre eller slå leker sammen.

De fleste aktiviteter kan inkludere sensoriske komponenter dersom det legges litt tanke i valg av leke eller overflaten som benyttes. Bruk rangler, leker som piper, fargesterke baller, knitrende papir etc for å oppmuntre barnets syn, hørsel og følelse. Dersom barnet tolererer det kan du la han gjennomføre aktiviteten iført vest. Dette gir maksimalt med sensorisk tilbakemelding. Fysio-/ergoterapeuten kan råde deg i forhold til de tiltakene som er best for ditt barn.

Varighet: \_\_\_\_\_

Frekvens: \_\_\_\_\_





### 3. Sideleie

#### Aktivitetsforslag 2

Hold et fargesterkt objekt (for eksempel et skjerf eller en pom-pom) ca. 30-40cm fra barnets ansikt. Beveg objektet sakte oppover i en kvart sirkel, sakte nok til at barnet klarer å følge det med øynene. Bytt side slik at barnet trener på å snu hodet til begge sider.

De fleste aktiviteter kan inkludere sensoriske komponenter dersom det legges litt tanke i valg av leke eller overflaten som benyttes. Bruk rangler, leker som piper, fargesterke baller, knitrende papir etc for å oppmuntre barnets syn, hørsel og følelse. Dersom barnet tolererer det kan du la han gjennomføre aktiviteten iført vest. Dette gir maksimalt med sensorisk tilbakemelding. Fysio-/ergoterapeuten kan råde deg i forhold til de tiltakene som er best for ditt barn.

Varighet: \_\_\_\_\_

Frekvens: \_\_\_\_\_



### 3. Sideleie

#### Aktivitetsforslag 3

Oppmuntre barnet til å føre hendene sammen på brystet. Plasser hendene dine bak den øvre skulderen for å oppmuntre denne armen til å komme framover.

De fleste aktiviteter kan inkludere sensoriske komponenter dersom det legges litt tanke i valg av leke eller overflaten som benyttes. Bruk rangler, leker som piper, fargesterke baller, knitrende papir etc for å oppmuntre barnets syn, hørsel og følelse. Dersom barnet tolererer det kan du la han gjennomføre aktiviteten iført vest. Dette gir maksimalt med sensorisk tilbakemelding. Fysio-/ergoterapeuten kan råde deg i forhold til de tiltakene som er best for ditt barn.

Varighet: \_\_\_\_\_

Frekvens: \_\_\_\_\_



### 3. Sideleie

#### Aktivitetsforslag 4

Før barnets hender og føtter sammen. Denne posisjonen i midtlinje er bra for symmetri og barnet begynner å lære å bruke begge sider av kroppen sammen.

De fleste aktiviteter kan inkludere sensoriske komponenter dersom det legges litt tanke i valg av leke eller overflaten som benyttes. Bruk rangler, leker som piper, fargesterke baller, knitrende papir etc for å oppmuntre barnets syn, hørsel og følelse. Dersom barnet tolererer det kan du la han gjennomføre aktiviteten iført vest. Dette gir maksimalt med sensorisk tilbakemelding. Fysio-/ergoterapeuten kan råde deg i forhold til de tiltakene som er best for ditt barn.

Varighet: \_\_\_\_\_

Frekvens: \_\_\_\_\_





## 4. Sitte på gulvet

### Kliniske fordeler ved å sitte

Å sitte betraktes som en viktig del av utviklingen på grunn av de ferdighetene som har sitt utgangspunkt i denne stillingen. Mange studier har sett på viktigheten av å sitte og noen studier har vist at liggstilling er relatert til sittestillingen. Barn som kan føre hendene og føttene sammen i midtlinjen (som i ryggeleie og sideleie) har vist bedre evne til å sitte (16). Dette forsterker viktigheten av den typiske utviklingsrekkefølgen.

### Fysiske målsetninger

Hovedformålet med å sitte er å stabilisere overkroppen og bekkenet slik at armer og hender er frie. Videre gir dette mulighet til å håndtere objekter, utforske, økte læremuligheter og interaksjon med omgivelsene (1). Barnet kan oppmuntres til å strekke seg etter, gripe og slippe leker, slå klosser sammen i midtlinje og kaste leker. Når nakkemuskulaturen er sterkere kan barnet snu hodet gjennom trekvart av en sirkel. Å sitte med bena rett fram bidrar også til å strekke muskulaturen på baksiden av lårene (hamstrings). Disse musklene kan ofte være stramme hos barn med forsinket utvikling.

### Kognitive målsetninger

Når et barn ligger, ser han verden fra et horisontalplan. Når han sitter, ser han derimot verden i et vertikalt plan. Dette hjelper han å forstå at omgivelsene er tredimensjonale og han begynner å lære seg romforståelse med dybde og avstand. Å sitte er også en mer sosial stilling. Flesteparten av oss kommuniserer enten når vi står eller når vi sitter. Babyen blir mye mer oppmerksom på andre rundt seg og dette fører til en økt interesse for omgivelsene. Han utvikler en følelse av objektenes varighet, han blir klar over at lekene finnes selv om han ikke kan se dem og han kan se etter leker han har kastet fra seg.

### Sensoriske målsetninger

Med en godt utviklet hodekontroll og en trygg, stabil sittestilling, er barnets hender frie til å utforske en større variasjon av tekstiler, former og

størrelser. Bruk et utvalg av disse (alltid under oppsyn) for å gi barnet ditt en rekke ulike sensoriske opplevelser. Barnet lærer om grov og glatt, lett og tung, stor og liten, opp og ned.

### Overganger

For å kunne flytte seg ut av og inn i sittende stilling på egen hånd må barn ofte være i stand til å flytte seg fra mageleie til alle fire. Vennligst se avsnittet om mageleie og stående på alle fire for mer informasjon.

### **Veiledning av stilling**

Plasser barnet i en støttet sittende stilling. Dette kan gjøres fra så tidlig som 4 måneders alder, fra det tidspunktet barnet selv kan snu hodet til siden i mageleie for å oppnå frie luftveier. Barnet har kanskje behov for hodestøtte i starten. Barnet kan også ha behov for en litt bakover lent stilling for å gjøre det lettere å puste samt for reflux. Det kan være at du trenger en pølle eller bånd foran barnets bryst for å stabilisere et barn som akkurat lærer seg å tolerere en sittende stilling. Du kan også benytte en pølle for å hindre at baken sklir fram.

Dersom ekstensjon er et problem kan du plassere en skråpute bak barnet for å bryte ekstensjonsmønsteret eller begrense barnets bevegelsesutslag for å hindre dem i å kaste seg bakover.

Dersom barnet har lav tonus kan du bruke en pølle foran brystet for å stoppe overdreven framoverbøying. Du kan også bruke de små pøllene (som vanligvis benyttes til hodet) som sidestøtter for å holde barnet i midtlinje. Bruk gjerne de små pøllene som korsryggstøtte for å hjelpe til med utviklingen av svaien i korsryggen.

Husk at dette kun er eksempler. Terapeuten din vil gi deg nærmere råd.

## 4. Sitte på gulvet

### Aktivitetsforslag 1

Oppmuntre barnet til å strekke seg etter leker mens hun sitter. I begynnelsen kan du plassere leker godt innen rekkevidde og oppmuntre til å gripe, flytte fra hånd til hånd, slå sammen og kaste.

De fleste aktiviteter kan inkludere sensoriske komponenter dersom det legges litt tanke i valg av leke eller overflaten som benyttes. Bruk rangler, leker som piper, fargesterke baller, knitrende papir etc for å oppmuntre barnets syn, hørsel og følelse. Dersom barnet tolererer det kan du la han gjennomføre aktiviteten iført vest. Dette gir maksimalt med sensorisk tilbakemelding. Fysio-/ergoterapeuten kan råde deg i forhold til de tiltakene som er best for ditt barn.

Varighet: \_\_\_\_\_

Frekvens: \_\_\_\_\_



## 4. Sitte på gulvet

### Aktivitetsforslag 2

Oppmuntre barnet til å strekke seg etter leker mens hun sitter. Gjør aktiviteten vanskeligere ved å plassere leken et lite stykke framfor barnet slik at hun må strekke seg lenger fram for å nå den.

De fleste aktiviteter kan inkludere sensoriske komponenter dersom det legges litt tanke i valg av leke eller overflaten som benyttes. Bruk rangler, leker som piper, fargesterke baller, knitrende papir etc for å oppmuntre barnets syn, hørsel og følelse. Dersom barnet tolererer det kan du la han gjennomføre aktiviteten iført vest. Dette gir maksimalt med sensorisk tilbakemelding. Fysio-/ergoterapeuten kan råde deg i forhold til de tiltakene som er best for ditt barn.

Varighet: \_\_\_\_\_

Frekvens: \_\_\_\_\_





## 4. Sitte på gulvet

### Aktivitetsforslag 3

Plasser en leke på hver side av barnet som sitter på gulvet. Dette oppmuntrer barnet til å strekke seg til begge sider. Alle disse bevegelsene bidrar til å utvikle muskulatur i nakke og overkropp, øye-hånd koordinasjon og vektfor-skyvning.

De fleste aktiviteter kan inkludere sensoriske komponenter dersom det legges litt tanke i valg av leke eller overflaten som benyttes. Bruk rangler, leker som piper, fargesterke baller, knitrende papir etc for å oppmuntre barnets syn, hørsel og følelse. Dersom barnet tolererer det kan du la han gjennomføre aktiviteten iført vest. Dette gir maksimalt med sensorisk tilbakemelding. Fysio-/ergoterapeuten kan råde deg i forhold til de tiltakene som er best for ditt barn.

Varighet: \_\_\_\_\_

Frekvens: \_\_\_\_\_



## 4. Sitte på gulvet

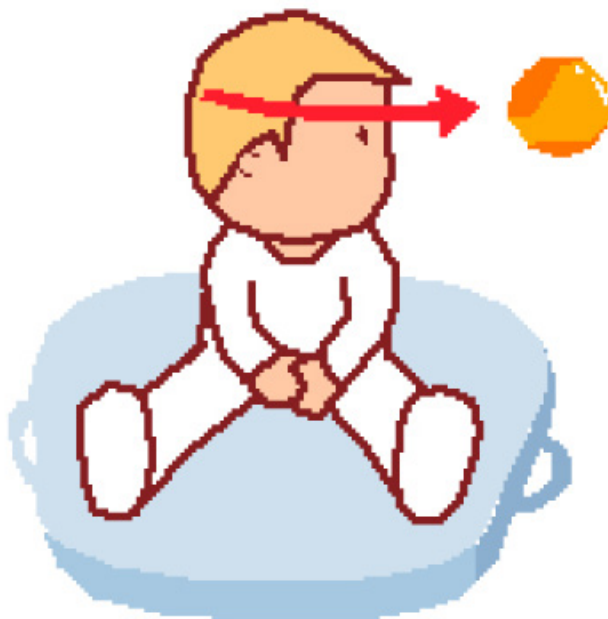
### Aktivitetsforslag 4

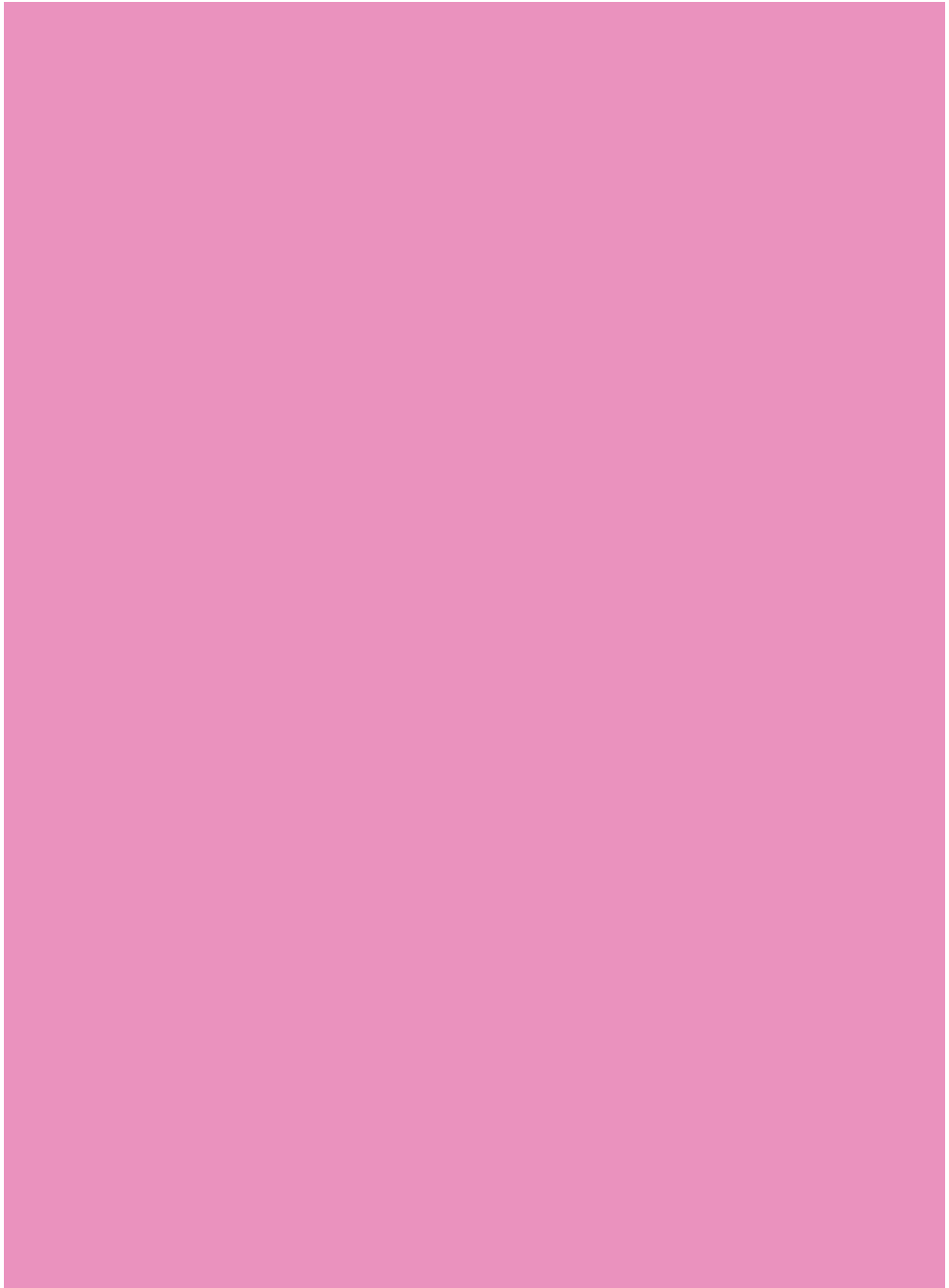
Plasser en leke på hver side av barnet som sitter på gulvet. Dette oppmuntrer barnet til å strekke seg til begge sider. Alle disse bevegelsene bidrar til å utvikle muskulatur i nakke og overkropp, øye-hånd koordinasjon og vektfor-skyvning.

De fleste aktiviteter kan inkludere sensoriske komponenter dersom det legges litt tanke i valg av leke eller overflaten som benyttes. Bruk rangler, leker som piper, fargesterke baller, knitrende papir etc for å oppmuntre barnets syn, hørsel og følelse. Dersom barnet tolererer det kan du la han gjennomføre aktiviteten iført vest. Dette gir maksimalt med sensorisk tilbake-melding. Fysio-/ergoterapeuten kan råde deg i forhold til de tiltakene som er best for ditt barn.

Varighet: \_\_\_\_\_

Frekvens: \_\_\_\_\_







### 3. På alle fire (krabbestilling)

#### Terapeutisk begrunnelse for krabbestilling

Krabbestilling er en stilling som setter barnet i stand til å flytte seg ut av og inn i andre stillinger. Barnet kan flytte seg til krabbestilling fra mageleie og deretter over til sittende stilling. Avhengig av barnets funksjonsnivå vil noen barn bruke denne stillingen som en byggestein for bevegelse. Barnet kan utvikle evnen til å sitte på knærne uten å hvile tyngde på armene eller også begynne å krabbe.

#### Fysiske målsetninger

I krabbestilling bærer barnet vekten sin ved bruk av strake armer og bøyde ben. Dette styrker hoftene og skuldrene som vil bidra til muligheten for å sitte, samt til å bruke hendene i lek. Dette er også nyttig dersom barnet senere lærer å krabbe. Stillingen oppmuntrer begge sider av kroppen til å jobbe sammen. På den måten får hjernen hjelp til å lage forbindelser mellom høyre og venstre side. Når barnet bærer vekt gjennom åpne håndflater hjelper det tomelen til en riktig posisjon for å kunne brukes sammen med pekefingeren i et pinsettgrep.

#### Kognitive målsetninger

Vektbæring, som vi har sett i alle stillinger, hjelper barnet å forstå hvor kroppen er i forhold til omgivelsene og hvor hver kroppsdel er i forhold til andre kroppsdelene. Dette utvikler barnets romforståelse, kroppsforståelse og koordinasjon. Noe forskning viser at barn som får mulighet til å oppleve aktiviteter i krabbestilling utvikler en bedre oppfattelse av bestandighet – forståelsen av at noe fortsatt eksisterer selv om det ikke kan ses (17).

#### Sensoriske målsetninger

Håndflaten er naturlig følsomme men noen barn framstår som overfølsomme og liker ikke å ta på noe. Det er naturlig å unngå å ta på noe som ikke føles behagelig men barn som er oversensitive for berøring begrenser mulighetene sine til å utforske og lære. Vektbæring gjennom strake armer og åpne hender utsetter barnet for en rekke følelsesopplevelser og kan hjelpe barnet å få bedre toleranse for berøring. Terapeuter

kaller dette "sanseintegrasjon". Rådfør deg med din fysio-/ergoterapeut dersom du er bekymret for ditt barns toleranse for berøring.

#### Retningslinjer for stillingen

Start i mageleie og hjelp barnet med å bøye hoftene og knærne slik at barnet oppnår en knelende stilling. Du kan bruke en pølle under magen for støtte eller bak føttene for å unngå at føttene sklir bakover. Husk at dette kun er et eksempel, ditt barns terapeut vil gi deg spesifikke råd.

## 5. På alle fire

### Aktivitetsforslag 1

Denne stillingen vil være utfordrende for barnet ditt. Stillingen i seg selv kan være nok å jobbe med i starten. Hjelp barnet opp i stillingen. Stillingen er litt enklere å få til dersom barnets rumpe hviler på helene i en "kanin"-stilling.

De fleste aktiviteter kan inkludere sensoriske komponenter dersom det legges litt tanke i valg av leke eller overflaten som benyttes. Bruk rangler, leker som piper, fargesterke baller, knitrende papir etc for å oppmuntre barnets syn, hørsel og følelse. Dersom barnet tolererer det kan du la han gjennomføre aktiviteten iført vest. Dette gir maksimalt med sensorisk tilbakemelding. Fysio-/ergoterapeuten kan råde deg i forhold til de tiltakene som er best for ditt barn.

Varighet: \_\_\_\_\_

Frekvens: \_\_\_\_\_



## 5. På alle fire

### Aktivitetsforslag 2

Gjør stillingen vanskeligere ved å oppmuntre barnet til å løfte rumpa fra helene.

De fleste aktiviteter kan inkludere sensoriske komponenter dersom det legges litt tanke i valg av leke eller overflaten som benyttes. Bruk rangler, leker som piper, fargesterke baller, knitrende papir etc for å oppmuntre barnets syn, hørsel og følelse. Dersom barnet tolererer det kan du la han gjennomføre aktiviteten iført vest. Dette gir maksimalt med sensorisk tilbakemelding. Fysio-/ergoterapeuten kan råde deg i forhold til de tiltakene som er best for ditt barn.

Varighet: \_\_\_\_\_

Frekvens: \_\_\_\_\_



## 5. På alle fire

### Aktivitetsforslag 3

Plasser en leke foran barnet. Han vil bruke en hånd mens han balanserer på knærne og den andre armen.

De fleste aktiviteter kan inkludere sensoriske komponenter dersom det legges litt tanke i valg av leke eller overflaten som benyttes. Bruk rangler, leker som piper, fargesterke baller, knitrende papir etc for å oppmuntre barnets syn, hørsel og følelse. Dersom barnet tolererer det kan du la han gjennomføre aktiviteten iført vest. Dette gir maksimalt med sensorisk tilbakemelding. Fysio-/ergoterapeuten kan råde deg i forhold til de tiltakene som er best for ditt barn.

Varighet: \_\_\_\_\_

Frekvens: \_\_\_\_\_





## 5. På alle fire

### Aktivitetsforslag 4

Plasser gradvis leker lenger bort fra barnet eller til begge sider for barnet. Barnet vil måtte strekke seg utenfor understøttelsesflaten. Dette styrker muskulaturen i skuldrene og hoftene og oppmuntrer til en gyngende bevegelse. Dette kan være en byggestein for bevegelse dersom barnet ditt er klart for neste skritt.

De fleste aktiviteter kan inkludere sensoriske komponenter dersom det legges litt tanke i valg av leke eller overflaten som benyttes. Bruk rangler, leker som piper, fargesterke baller, knitrende papir etc for å oppmuntre barnets syn, hørsel og følelse. Dersom barnet tolererer det kan du la han gjennomføre aktiviteten iført vest. Dette gir maksimalt med sensorisk tilbakemelding. Fysio-/ergoterapeuten kan råde deg i forhold til de tiltakene som er best for ditt barn.

Varighet: \_\_\_\_\_

Frekvens: \_\_\_\_\_



### Brukerstudie

Hos Leckey er vi engasjert i å utvikle de beste produktene for å møte ditt barns behov. Vi vil at du skal ha tillitt til våre produkter, men vi forventer ikke at du bare skal ta vårt ord for det. Vi vil vise at produktene våre er effektive.

Derfor har vi utviklet vårt "Case History Programme". Brukerstudier er individuelle historier om barn som ditt, bokført på en strukturert måte av familier og terapeuter, som tillater deg å måle framgangen hos barnet ditt. Brukerstudier er en form for forskning og har mange viktige fordeler:

- Når brukerstudiene deles vil andre barn, familier og terapeuter kunne lære av dine erfaringer.
- Når det foreligger bevis på at produktet fungerer er det lettere å få produktet innvilget av Folketrygden.
- Brukerstudier hjelper oss å identifisere områder med behov for mer forskning.

### Møt Janae

Janae er seks måneder gammel. Hun ble født ti uker prematurt med en alvorlig hjerneblødning. Som et resultat av dette hadde Janae problemer med hjerte og respirasjon og en MR undersøkelse viste at hun antagelig har en alvorlig cerebral parese.

### Janaes kartlegging

Janae ble kartlagt av fysioterapeut. Hun hadde økt muskeltonus. Dette medførte stivhet i armer og ben. Hun klarte ikke å rense luftveiene i mageleie, holde hodet eller snu hodet fra side til side. Janae hadde faktisk en så sterk preferanse for å holde hodet til høyre at man mistenkte at det var problemer med musklene i nakken. Janaes hender var knyttet og hun kunne ikke samle dem i midtlinjen, strekke seg etter eller slå etter noe eller føre de opp til munnen.

### Terapeutisk hensikt

Janaes fysioterapeut siktet mot å styrke Janaes

nakkemuskulatur og musklene i overkroppen, forbedre hodekontroll, øke toleransen for mageleie (slik at hun kunne rense luftveiene) og introdusere vektbæring gjennom hender og armer.

### Terapeutiske mål

Målene ble skrevet av Janaes fysioterapeut sammen med omsorgspersonene, basert på kartleggingen og hensikten med treningen.

- Janae vil snu hodet til siden for å rense luftveiene hver gang hun ligger i mageleie.
- Janae vil føre hendene sammen i midtlinjen når hun ligger på rygg eller på siden (med hjelp til å oppnå denne stillingen) og vil holde stillingen for 3-5 sekunder i to av tre forsøk.
- I en svakt bakoverlent stilling med full støtte, vil Janae snu på hodet gjennom en halvsirkel for å følge en leke i to av tre forsøk.

### Gjennomføring

I samarbeid med Janaes omsorgspersoner laget Janaes fysioterapeut et individuelt aktivitetsprogram ved hjelp av Squiggles Early Activity System og dennes ulike støttemuligheter for å nå de oppsatte målene i løpet av fire uker.

### Mageleie

Janaes fysioterapeut brukte kileputen for å støtte Janaes bryst. I denne stillingen klarte hun å bære vekt på armene. En sidestøtte fra hodestøtten mellom knærne hjelper bena til en symmetrisk stilling. Dette fremmer utviklingen av hoftedeledene.

### Ryggleie

Denne stillingen ble benyttet for å hjelpe Janae å jobbe mot midtlinjen. Pøllen, båndet og hodestøtten ble brukt på høyre side for å oppmuntre henne til å snu seg mot venstre.

### Sideliggende

Sideleie ble benyttet for å strekke musklene i Janaes nakke, oppmuntre henne til å flytte synet til begge sider og bruke tyngdekraften

### Takk

Leckey vil rette en stor takk til Janae, hennes omsorgspersoner og Ginny Paleg (fysioterapeut, Maryland, USA) for deres tillatelse til å bruke deres brukerstudie.

for å hjelpe den øverste armen og hånden til å komme ned for tohendig lek i midtlinjen.

### **Sittende**

Janae benytter sittestøtten med ekstra hode- støtte (en av sidestøttene til hodestøtten). Leker festes på pøllen foran kroppen for å oppmuntre til å heve blikket.

I forhold til evnen til å snu hodet kommenterer Janaes fysioterapeut: "På bare to dager økte hun blikkradien til venstre. På tre uker kom hun tett opp til lik hode- og blikkebevegelse til begge sider".

Det andre bildet viser Janae som sitter uten hodestøtten eller pøllen i forkant. I denne stillingen vil Janae styrke musklene i nakken og overkroppen. Blikk-kontrollen blir bedre. Sittestøtten oppmuntrer skuldrene til å komme framover. Dette bidrar til at Janaes hender møtes i midtlinjen og hun har begynt å strekke seg etter leker for første gang.

### **Første evaluering**

På grunn av nøye kartlegging og felles målsetting og oppfølging av omsorgspersoner og fysioterapeut, klarer Janae å nå de målene som ble satt i løpet av fire uker.

Janae bruker fortsatt Squiggles Early Activity System for å jobbe videre med nye mål og hennes fysiske, kognitive og sensoriske funksjonsnivå fortsetter å øke.

### **Mer informasjon?**

Vil du vite mer? Besøk [www.leckey.com](http://www.leckey.com)

### Teknisk informasjon og vedlikehold

#### Vedlikehold

Ved rengjøring anbefaler vi at du kun bruker varmt vann og vaskemiddel uten slipemiddel. Bruk aldri løsemidler eller kjemiske renseprodukter.

#### Stoff og polstringer

##### Matte

Matten er laget slik at den danner feste for de ulike støtteelementene ved hjelp av borrelås. Matten kan vaskes i vaskemaskin på 40°C og tørketromles på lav temperatur.

Ta ut plastinnlegget før vask.

For å ta ut plastinnlegget åpnes glidelåsen under matten. Brett matten i to og trekk ut plastinnlegget. For å legge tilbake innlegget etter vask gjentar du prosessen i motsatt rekkefølge.

##### Støtteelementer

Stoffet som benyttes på støtteelementene er et kvalitetsstoff som er ca. 100 ganger mer slitesterkt enn vinyl.

Stoffet innehar permanente sopphekkende og bakteriehemmende egenskaper. Dette reduserer faren for smitte. Antibiotika resistente gule stafylokokker kan ikke leve på stoffet.

Det myke stoffet er enkelt å rengjøre med vann og såpe slik at vask i vaskemaskinen ikke er nødvendig ved vanlig bruk.

##### Vask av stoffet (produsentens retningslinjer)

Den mest effektive måten å vaske stoffet på er å bruke varmt vann og såpe i henhold til følgende retningslinjer:

1. Legg en klut i bløt i varmt vann og klem ut overskuddsvæske (for søl som blod og urin anbefales kaldt vann).
2. Hell en liten mengde vaskemiddel på kluten.
3. Vask stoffet og vær spesielt nøye med områder hvor det er flekker.
4. Før kluten med faste sirkulære bevegelser.

5. En neglbørste av nylon kan benyttes på mer hardnakkede flekker. Stoffet er veldig slitesterkt og bruk av en slik børste vil ikke skadestoffet.
6. Skyll av overflaten av stoffet med varmt vann slik at alle såperester fjernes. Dette stoffet er helt vannnett. Vann vil ikke trenge gjennom overflaten og inn til skumkjernen. Vær oppmerksom i forbindelse med sømmer da vann kan trenge gjennom stoffet her.
7. Stoffet kan lufttørke eller det kan tørkes ved hjelp av håndklær.
8. Når stoffet er tørt anbefales det å børste lett over overflaten med en myk børste.
9. Mer hardnakkede flekker kan fjernes ved hjelp av white sprit eller isopropylalkohol under forutsetning at området vaskes med såpe og vann rett etterpå. En halv kopp husholdningsblekemiddel i 5 liter vann kan benyttes for desinfisering.
10. Klorbaserte vaskemidler kan brukes for å desinfisere produktet forutsatt at de ikke inneholder mer enn 10 volumprosent klor.
11. Ved bruk av ulike produkter er det viktig å følge instruksjonene på emballasjen.
12. Bruk aldri løsemidler eller kjemiske renseprodukter.
13. Påse at produktet alltid er helt tørt før bruk.

Som et alternativ til prosedyren beskrevet over kan alkoholholdige servietter brukes som en effektiv måte å hindre smittespredning.

Ved behov kan trekkene vaskes i maskin på 40°C. La trekkene lufttørke. Når stoffet er tørt anbefales det å børste lett over overflaten med en myk børste. Trekkene skal være helt tørre før de settes på plass på støtteelementene og produktet på ny tas i bruk.

Ved uavhengig testing er det blitt rapportert utmerkede flekkfjerningsegenskaper i for hold til: Simulert oppkast (grøt), simulert oppkast (gulrotpuré), appelsinjuice, saus, brød med smør og syltetøy, tomatsaus, majones, leppetift, neglelakk, kulepenn, soyasaus, fruktjuice, dyreblood, urin, jod, solkrem og fett.

### **Sopphemmende/ antibakterielle egenskaper**

Stoffet som er brukt på posisjoneringselementene har vært gjennom en sopphemmende og antibakteriell behandling. Dette bidrar til å hindre smittespredning. Behandlingen er permanent og blir ikke borte ved vask. Dersom du vasker produktet i henhold til de metodene beskrevet i dette heftet vil risikoen for smittespredning være minimal.

### **Plastikelementer**

1. Såpe og vann eller antibakteriell spray kan brukes for daglig rengjøring.
2. Bruk damp på lavt trykk for grundigere rengjøring.
3. Bruk ikke løsemidler for å rengjøre plastikk eller metalldele.
4. Påse at produktet er tørt før bruk.

### **Daglig kontroll av produktet**

(Terapeuter, foreldre og brukere)

Vi anbefaler at det daglig gjennomføres en visuell sjekk av produktet. Den daglige sjekken kan gjennomføres av terapeuten, omsorgspersoner eller foreldre og har som formål å sikre at produktet er trygt i bruk. En daglig sjekk bør inneholde:

- Se etter tegn på slitasje eller skade på alle stoffelementer og borrelås

Dersom det råder tvil om produktet er trygt å bruke eller dersom en del skulle svikte må all bruk av produktet opphøre. Kontakt Hjelpemiddelsentralen eller Sunrise Medical kundeservice.

### **Gjenbruk**

De fleste av Leckey's produkter er bestilt og tilpasset for å møte individuelle behov. Før et produkt blir gjenbrukt anbefaler vi at Hjelpemiddelsentralen utstyret sjekker at produktet møter den nye brukerens behov samt at det ikke er gjennomført noen modifikasjoner eller spesialløsninger på produktet som skal gjenbrukes.

Før gjenbruk skal en grundig teknisk kontroll gjennomføres. Sjekken skal gjennomføres av en person med teknisk kompetanse som har fått opplæring i bruk og kontroll av produktet.

Påse at produktet har blitt ordentlig vasket i samsvar med denne Brukerveiledningen.

Påse at en kopi av denne Brukerveiledningen følger produktet ved ny utlevering. Dersom Brukerveiledningen mangler kan en ny bestilles ved å kontakte Sunrise Medicals kundeservice. Vennligst ha det opprinnelige bestillingsnummeret tilgjengelig når du tar kontakt. Leckey anbefaler at det føres en skriftlig oversikt over alle kontroller som gjøres i forbindelse med gjenbruk av dette produktet.

Dersom det råder tvil om produktet er trygt å bruke eller dersom en del skulle svikte må all bruk av produktet opphøre. Kontakt Sunrise Medicals kundeservice, tlf: 03250.

### **Service**

Service på alle Leckey's produkter skal bare gjennomføres av personer med teknisk kompetanse som har fått opplæring i bruk av produktet.

For Norge, vennligst kontakt Sunrise Medical. Vår kundeserviceavdeling hjelper deg gjerne med dine spørsmål.

**Teknisk informasjon**

Varenr. 130-600

**Squiggles Early Activity System**

Inkluderer gulvmatte, sittestøtte ("hestesko"), skråpute, hodestøtte med avtagbare sidestøtter, 2 posisjoneringsbånd, 2 medium pøller, 2 små pøller, Squiggles Duffle bag og Squiggles Aktivitets- og utviklingshefte (Brukerveiledning).



<b>Bruker</b>	
<b>Alder</b>	0-36 måneder
<b>Brukervekt, max</b>	15 kg
<b>Brukers høyde, max</b>	100 cm
<b>Produktets dimensjoner</b>	
<b>Gulvmatte</b>	
Bredde	76 cm
Lengde	95 cm
<b>Sittestøtte ("hestesko")</b>	
Høyde	19 cm
Dybde	30 cm
<b>Setebredde</b>	
Min	20 cm
Max	25 cm
<b>Pølle liten</b>	
Diameter	6 cm
Lengde	60 cm
<b>Pølle medium</b>	
Diameter	8 cm
Lengde	70 cm
<b>Skråpute</b>	
Bredde	27 cm
Lengde	20,8 cm
Vinkel	7,5°
<b>Posisjoneringsbånd</b>	
Bredde	8 cm
Lengde	66 cm

**Referanser**

1. Stephens L.C, Tauber S.K (2001) cited in Case-Smith J (2001) Occupational Therapy for Children, 4th edition, Mosby Inc, Elsevier Science, United States of America
2. Sieglinde M (2006) Teaching Motor Skills for Children with Cerebral Palsy and Similar Movement Disorders, Woodbine House Inc, United States of America
3. Berlin L.J, Brooks-Gunn J, McCarton C, McCormick M.C (1998) The effectiveness of early intervention: examining risk factors and pathways to enhanced development, Preventative Medicine, 27, 238-245.
4. Pelchat D, Lefebvre H, Proulx M, Reidy M (2004) Parental Satisfaction with an early family intervention program, Journal of Perinatal & Neonatal Nursing, 18, 2, 128-144
5. Ohgi S, Fukuda M, Akiyama T, Gima H (2004) Effect of early intervention programme on low birth weight infants with cerebral injuries, Journal of Paediatric Child Health, 40, 689-695.
6. Schreiber J (2004) Increased intensity of physical therapy for a child with gross motor development delay: A case report, Physical & Occupational Therapy in Paediatrics, 24,4,63-78.
7. Franklin L, Rodger S (2003) Parents perspective on feeding medically compromised children: Implications for occupational therapy, Australian Journal of Occupational therapy, 50, 137-147
8. Barry M. J (1996) Physical therapy interventions for patients with movement disorders due to cerebral palsy, Journal of Child Neurology, 11, 1, 551-560.
9. Carrigan N, Rodger S, Copley J (2001) Parent satisfaction with Paediatric Occupational Therapy service: A pilot investigation, Physical & Occupational Therapy in Paediatrics, 21, 1, 51-69.
10. Palisano R.J, Snider L.M, Orhi M.N (2004) Recent advances in physical & occupational therapy for children with cerebral palsy, Seminars in Paediatric Neurology, 11, 1, 66-77.
11. Lekskulchai R, Cole J (2001) cited in Palisano R.J, Snider L.M, Orhi M.N (2004) Recent advances in physical & occupational therapy for children with cerebral palsy, Seminars in Paediatric Neurology, 11, 1, 66-77.
12. Majnemer A, Barr R.G (2005) Influence of supine sleep positioning on early motor milestone acquisition, Developmental Medicine and Child Neurology, 47, 370-76.
13. Davis, B.E, Moon, R.Y, Sachs H.C, Ottolini M.C (1998) Effects of sleep position on infant motor development, Pediatrics, 102, 5, 1135-1140.
14. Bridgewater K.J, Sullivan M.J. (1999) Wakeful positioning and movement controlling young infants: a pilot study, Australian Journal of Physiotherapy, 45 (4), 149-160.
15. Liao P.M, Zawacki L, Campbell S.K (2005) Annotated Bibliography: effects of sleep position and play position on motor development in early infancy, Physical & Occupational Therapy in Paediatrics, 25, 149-160.
16. Green E.M, Mulcahny C.M, Pountney J.E (1995) An investigation into the development of early postural control, Developmental Medicine & Child Neurology, 37, 437-448.
17. Bell M.A, Fox N.A (1997) Individual differences in object performance at 8months: locomotor experiences and brain electrical activity, Developmental Psychology, 31(4), 287-97.



Sunrise Medical AS

Delitoppen 3

1540 VESTBY

T: 66 96 38 00

E: [post@sunrisemedical.no](mailto:post@sunrisemedical.no)

[www.sunrisemedical.no](http://www.sunrisemedical.no)