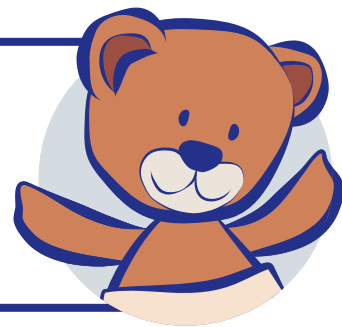


➔ ПРОФІЛАКТИКА СПЛОЩЕННЯ ГОЛОВИ (ПЛАГІОЦЕФАЛІЇ АБО БРАХІЦЕФАЛІЇ)

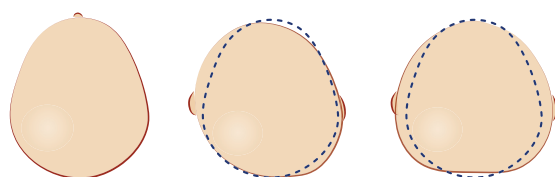


ЩО ЦЕ ТАКЕ?

Це сплюснення, яке з'являється на потилиці, в ділянці, яка найбільше підтримується. Воно може виникати особливо протягом перших трьох місяців життя і пов'язане з положенням (наприклад, якщо дитина завжди спить обличчям в один бік).

Залежно від ураженої ділянки її називають **плагіоцефалією**: якщо вона з'являється в задній бічній частині, то це **плагіоцефалія**, а якщо уражається вся задня частина, то **брахіцефалія**.

Іноді, крім сплюснення голови, може спостерігатися асиметрія (випинання) обличчя та положення вуха.



Норма Плагіоцефалія Брахіцефалія

ЯК ЦЬОМУ МОЖНА ЗАПОБІГТИ?

Щоб запобігти або виправити сплюснення, дотримуйтесь цих простих рекомендацій:



Змінюйте положення голови з одного боку на інший під час сну на спині (рекомендоване положення для запобігання раптової смерті).



Змінюйте положення в ліжечку так, щоб зони опори на матраці були різними. Щодня змінюйте положення голови в різних кінцях ліжечка. Таким чином, дитина буде сприймати подразники з різних точок.



Чергуйте руку, на котрій тримаєте дитину протягом годування, щоб вона повертала голову для пошуку молока або стимуляції в обох напрямках.



Уникайте використання тугих підголівників в візку, які заважають голові рухатися.

Подушки-підголівники корисні, якщо вони добре продумані.



Переконайтеся, що гра відбувається на животику малюка (*tummy time*). Таким чином, ви заохочуєте дитину піднімати голову і зміцнювати м'язи шиї, рук і спини, уникаючи при цьому постійного тиску на одну і ту ж саму ділянку.

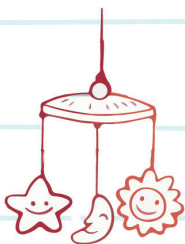
ПЛАГІОЦЕФАЛІЯ | БРАХІЦЕФАЛІЯ

Профілактичні заходи для підтримки здоров'я

СОН
ГОРІЛИЦЬ



ГРА
ДОЛІЛИЦЬ



ТРАНСПОРТУВАННЯ

