**SKĄD SIĘ BIORĄ ZNIEKSZTAŁCENIA UŁOŻENIOWE GŁOWY?**

**Plagiocefalia i inne zniekształcenia ułożeniowe główki dziecka najczęściej powstają w wyniku przyjmowania przez dziecko tej samej pozycji oraz długiego leżenia i nacisku głowy dziecka na twardą powierzchnię materaca.**



**Plagiocefalia ułożeniowa- czyli „skośnogłowie” jest najczęściej występującym u niemowląt rodzajem deformacji czaszki. Czaszka niemowlaka jest bardzo miękka i plastyczna, co sprawia, że każdy długotrwały ucisk na małym jej obszarze może spowodować zniekształcenie. Przyczyną plagiocefalii może być również kręcz szyi, który występuje u około 85% dzieci z plagiocefalią. Dzieci z kręczem szyi posiadają jednostronnie skrócone mięśnie szyi i karku, które zmniejszają zakres ruchu główki w przeciwną stronę. W konsekwencji wybierają tylko jedną pozycję główki. Nawyk długotrwałego leżenia z główką na jednym boku może najczęściej skutkować widoczną asymetrią twarzy.**

 **Spłaszczenie główki może również pojawić się już w łonie matki. Jego powodem może być nieprawidłowe ułożenie dziecka w macicy, niewystarczająca lub zbyt duża ilością płynu owodniowego, wady czy też nowotwory macicy, ciąża mnoga lub nadmierna masa płodu. W czasie samego porodu może także dojść do urazu powodującego zniekształcenie główki, na przykład w momencie przejścia przez wąski kanał rodny. Na deformację główki są narażone również wcześniaki, które spędzają w inkubatorze dużo czasu w jednej pozycji.**



**Plagiocefalia ułożeniowa pozostawiona bez leczenia może prowadzić do trwałej zmiany struktur zawartych w czaszce: mózg, oczy, kości policzkowe, zatoki, czoło, rozmieszczenie uszu, szczęki i nosa, a w konsekwencji zmiany te mogą rzutować na zaburzenia w obrębie całego ciała. Mogą pojawić się problemy z żuciem, jedzeniem oraz wzrokiem.**

**Jak zapobiegać zniekształceniom główki od pierwszych dni życia:**

**- podchodź do dziecka raz z jednej raz z drugiej strony;**

**- pilnuj aby maluszek spał z główką ułożoną raz na jednym, raz na drugim boku;**

 **- pamiętaj o zabawach w symetrii;**

 **- dbaj o przyjazną pielęgnację;**

**- staraj się unikać układania niemowlęcia w pozycji półleżącej, w bujaczku i nie stosujemy poduszek, po to aby maluszek mógł z łatwością obracać główkę z jednego boku na drugi;**

**- bawiąc się , stopniowo dąż do tego by dziecko osiągnęło linię środkową ciała-również wzrokiem;**

**- jeśli dziecko preferyje bardziej jedną stronę zwracam uwagę czy nie ma potej stronie rzeczy, które przykuwają jego uwagę;**

**- jeśli zauważasz asymetrię zwróć się do specjalisty dziecięcego.**

Źródło: <https://headcare.co/>

 www.mamafizjotrerapeuta.pl