

# Skævt kranie-

## hvordan undgår vi det?



### **Undgå at dit barn får et skævt hoved.**

Sundhedsstyrelsen anbefaler, at spædbørn skal sove på ryggen, indtil de selv kan vende sig. Spædbarnets knogler er bløde og formes af trykket fra underlaget, når barnet ligger i samme stilling i lang tid af gangen. Flere og flere børn får en skæv hovedform, fordi de ligger med hovedet drejet til samme side, når de sover.

En tidlig indsats er meget vigtig, da kraniets blødhed og eftergivelighed aftager og hovedfaconen skal helst være rettet op ved 6 måneders alder.

Et skævt kranie vil kunne bevirke, at barnet kun orienterer sig mod den ene side af kroppen (udvikling af favoritside). En ubehandlet favoritside vil fremover afspejle sig og påvirke barnets motoriske udvikling.

Du kan forebygge, at dit barn udvikler et skævt kranie ved at være opmærksom på følgende:

### **Når barnet sover:**

- Læg barnet på ryggen med hovedet skiftevis drejet til højre og til venstre
- Læg mærke til om barnet foretrækker at dreje hovedet til samme side
- Hvis barnet altid drejer hovedet til samme side, når det skal sove, skal du vende barnets hoved til modsatte side, når det er faldet i søvn.

## Når barnet er vågent:

Er det vigtigt, at du lægger dit barn i andre stillinger end på ryggen

- Læg barnet på maven
- Læg barnet på siden, skiftevis på højre og venstre side
- Lad kun barnet sidde i autostol/skråstol i kortere tid, da det kan være med til at give fladt bagehoved
- Hvis dit barn er flaskebarn, så husk at skifte mellem højre og venstre side, når du giver flaske



Hvis dit barn alligevel begynder at få skæv hovedform, så kontakt din sundhedsplejerske for yderligere vejledning.



Udarbejdet af Børnefysio- og ergoterapeuterne i Aalborg Kommune, december 2010.

