COMPREHENSIVE CENTER FOR PEDIATRICS

MEDIZINISCHE UNIVERSITÄT WIEN

Wiener Gesundheitsverbund
Universitätsklinikum AKH Wien

LAGERUNG

wie kann ich mein Baby am besten unterstützen

HANDLING

wie nehme ich mein Baby in den Arm und wie trage ich es

ENTWICKLUNGS-FÖRDERUNG

wie kann ich mein Baby spielerisch fördern

Physiotherapie Universitätskinderklinik
Neonatologische Intensivstation
Nachsorgeambulanz für Frühgeborene und Risikokinder

Ilse Retschitzegger
Nadja Kadrnoska
Elke Cobb

Lagerung und Handling beim frühgeborenen Baby

Eine physiologische und stabile Körperhaltung schafft die Basis für innere Ruhe und Aufmerksamkeit.

Die sogenannte "runde" Lagerung wird mithilfe von Lagerungspolstern sowie weichen Tüchern erreicht.

Die Lagerung und das Handling sind ein sehr wichtiger Teil zur Förderung Ihres Babys.

Sie vermitteln Ihrem Baby Stabilität, geben ihm die Möglichkeit, seinen Körper und dessen Abgrenzung zur Umgebung zu erfahren und bieten ihm vestibuläre Reize an.

Durch richtiges Handling und Lagerung wird Ihr Kind in seiner motorischen, sensorischen und sozioemotionalen Entwicklung gefördert.

Wir möchten Ihnen zeigen, wie Sie die Entwicklung Ihres Babys von Anfang an bestmöglich fördern und unterstützen können.

Rückenlage

Das Ziel der Rückenlage ist eine Beugehaltung des gesamten Körpers sowie die Mittelstellung des Kopfes - was sehr wichtig für das Erreichen der Körpersymmetrie und für die Kopfform ist.
Der Körper wird mit einem "Nest" umlagert. Das Baby bekommt so Stabilität und Sicherheit und es kann seinen Körper und seine Bewegungen besser spüren.

Wichtig ist auch, dass der Schultergürtel unterlagert ist, und die Hände des Kindes nach vorne ins Blickfeld beziehungsweise zum Mund kommen können.
Nach und nach soll Ihr Baby lernen, auch ohne Lagerungshilfen stabil zu liegen.

Bauchlage

Wenn Ihr Baby wach ist, drehen Sie es immer wieder einmal in Bauchlage. Hier beginnt es seinen Kopf von der Unterlage abzuheben, von einer Seite zur anderen zu drehen und mit viel Übung den Kopf zu halten und sich die Umgebung anzuschauen.

Mit dem Liegen in Bauchlage fördern Sie die Bewegungsentwicklung und die Aufrichtung.

Seitenlage

Der gesamte Körper befindet sich in Beugehaltung und wird mit einem "Nest" stabilisiert.

In dieser Position können die Hände mithilfe der Schwerkraft vor dem Körper zusammenkommen beziehungsweise zum Mund greifen.

Am Schoß

Wählen Sie eine für sich bequeme Position, wobei es günstig ist, die Beine auf ein Stockerl oder ähnliches zu stellen, sodass Ihre Knie höher sind als das Becken.
Das Baby liegt nun auf Ihren Oberschenkeln/auf Ihrem Schoß. Das Becken des Babys sollte nahe bei Ihnen sein, sodass seine Beine in den Hüft- und Kniegelenken gebeugt sind.
In dieser Position kann Ihr Kind stabil liegen und sich auf andere Dinge konzentrieren. Außerdem haben Sie beide Hände frei um das Baby zu füttern, zu massieren oder aber mit ihm Blickkontakt aufzunehmen und zu plaudern.
Sie werden bemerken, dass Ihr Baby dabei sehr aufmerksam wird.

Handling

Hier ist es wichtig, dass Sie Ihr Baby so viel wie nötig, aber auch so wenig wie möglich unterstützen. Das Baby soll Fähigkeiten (zum Beispiel den Kopf halten), die es bereits selbständig ausführen kann, selbst übernehmen.

Hochnehmen aus der Rückenlage

Indem Sie unter beide Schulterblätter greifen, bringen Sie die Arme nach vorne ins Blickfeld des Kindes. Dann drehen Sie Ihr Baby auf eine Seite bevor Sie es von der Unterlage hochnehmen.
Abwechselnd über die rechte und linke Seite drehen, um eine Asymmetrie zu vermeiden.

Hinlegen in Rückenlage

Wie beim Hochnehmen wieder über die Seitenlage und dann auf den Rücken drehen.

Tragen

Tragen Sie Ihr Baby möglichst rund, das heißt die Wirbelsäule ist gebeugt, beide Hände sind vorne im Blickfeld des Babys und beide Beine sind in den Hüft- und Kniegelenken gebeugt.

Halten Sie Ihr Kind nahe an Ihrem Körper, sodass Sie ihm Stabilität geben.

Dies gilt sowohl beim Tragen in Rückenlage, wie in Bauch- und Seitenlage.

Entwicklungsförderung

Nehmen Sie sich 4-5 mal pro Tag (zum Beispiel nach dem Wickeln) je 10-15 Minuten Zeit für ein paar Übungen. Es ist wichtig, dass Ihr Baby wach, zufrieden, aufmerksam und satt ist.

Suchen Sie sich eine bequeme Position und legen Sie Ihr Baby, wie zuvor beschrieben, auf Ihren Schoß. Oder Sie legen es auf eine Unterlage in Rückenlage und geben ihm mit einem „Nest" oder Ihren Händen Stabilität. Der Kopf des Kindes ist in der Mitte.

1.
Versuchen Sie, ob Sie mit ihrem Baby Blickkontakt aufnehmen können und plaudern Sie mit ihm. Durch das Erkennen Ihrer Stimme steigt seine Aufmerksamkeit und es wendet seinen Blick in Ihre Richtung. Zu Beginn wird Ihr Kind den Blickkontakt nur kurz halten können. Mit der Zeit wird es immer länger und gezielter den Blick auf Sie richten und später Ihrem Blick zu beiden Seiten folgen können.

2.

Legen Sie eine Hand auf den Brustkorb Ihres Babys und drücken Sie mit der Hand leicht in Richtung Ihrer Oberschenkel bzw. der Unterlage. So geben Sie ihm Stabilität und lassen ihn die Unterlage bzw. den Kontakt vom Rücken zur Unterlage spüren. Der Kopf und der Blick sollen wieder nach vorne gerichtet sein.
Sie können den Druck nach und nach verringern um zu sehen, ob Ihr Baby es schafft, seinen Kopf selbständig in der Mitte zu halten. Anfangs wird dies nur sehr kurz möglich sein, aber jedes Mal etwas länger.

3.

Umfassen Sie mit Ihren Händen nacheinander die Oberarme, die Ellbogen, die Unterarme und drücken Sie sie sanft. Danach massieren Sie beide Handflächen des Kindes.
Das gleiche bei den Beinen wiederholen (Oberschenkel, Knie, Unterschenkel drücken und Füße ausstreichen).
Lassen Sie dem Baby dabei Zeit, die Berührung zu erkennen und seinen Körper zu spüren.

4.
Bringen Sie beide Hände des Kindes nach vorne und führen Sie sie in der Mitte zusammen. Durch Drücken und Massieren spürt es seine Hände bewusster. Lassen Sie Ihr Baby seine Hände spüren und erforschen. Außerdem sind die Hände im Blickfeld des Kindes und es kann sie auch mit den Augen entdecken.

5.
Die Hände sind wieder im Blickfeld und werden jetzt zum Mund des Kindes geführt. Geben Sie ihm die Möglichkeit, mit dem Mund seine Hände zu erforschen.

6.

Beugen Sie beide Beine des Kindes und führen Sie die Füße zusammen. Durch Drücken und Massieren fördern Sie wieder die Körperwahrnehmung.

7.

Bauchlage quer über Ihre Oberschenkel oder auf einer stabilen Unterlage: Legen Sie Ihre Hand auf das Becken und helfen Sie Ihrem Kind so, stabiler zu liegen.
Das Baby soll versuchen, den Kopf von einer zur anderen Seite zu drehen und später den Kopf in Verlängerung der Wirbelsäule zu heben und zu halten.

"Wenn die einen finden, dass man groß ist, und andere, dass man klein ist, so ist man vielleicht gerade richtig."

(Wir Kinder aus Bullerbü)

Für den Inhalt verantwortlich:
Elke Cobb
Nadja Kadrnoska
Ilse Retschitzegger

grafische Gestaltung: Elke Cobb