



דגשים למנחים ואחיזת התינוק

מזל טוב על הולדת בנכם/בתכם!

קעת לאחר הלידה, אתם בוודאי תוהים כיצד להחזיק את ילדכם ובאילו מנחים הוא/היא צריכים להיות במשך היום כדי לעודד התפתחות אופטימלית.

ילדכם זקוקים למגע שלכם על מנת להתפתח כראוי ובצורה סימטרית.

❖ בבית, יש להשכיב את התינוק לישון רק על גבו על פי הנחיות משרד הבריאות. יש לשים לב שהוא שוכב לישון על גבו פעם עם הראש מופנה לצד ימין ופעם לשמאל.

❖ הרמת התינוק ממשטח או ממיטה מומלצת דרך הצד ובאיטיות על מנת לחזק את שליטת הראש של ילדכם (יש לשים לב לתרגל את שני הצדדים עם תמיכה בעורף).



❖ בעת אחזקת התינוק ובעת האכלתו מבקבוק מומלץ לאחוז אותו במנח ערסול. במנח זה התינוק יכול לקרב ידיים לקו האמצע, הוא רגוע וגופו תמוך. יש לשים לב שכתפי ההורה נינוחות ושראש התינוק במרכז.



❖ יש לחשוף את התינוק לשכיבה על הבטן כבר מימיו הראשונים, בזמן ערות. רצוי על משטח קשיח. כדאי להפוך את התינוק משכיבה על הגב לבטן, דרך הצד, עד שהוא נשען על האמות (ניתן לעזור לו עם ידי ההורה). כל המרבה הרי זה משובח.





ניתן להשכיב את התינוק גם על בטן ההורה, כך פנים ההורה יהוו גירוי להרמת ראש.



רצוי בשעות ערות להשכיב את התינוק גם על צדדיו, כך יקבל תחושה של גופו. במנח זה התינוק יכול להביא את ידיו לפה, להירגע ובהמשך גם לשחק. מנח זה משמש שלב בתהליך ההתהפכות מהגב לבטן.



עוד מנח טוב לתקשורת עם התינוק הוא כזה שהתינוק שוכב על רגליו של ההורה. רגליו כפופות על בטן ההורה, וידיו מקורבות למרכז הגוף.

