

Vær OBS på KISS

Hvordan barnet ditt ligger i magen og hvordan fødselen forløper, kan bety mye for babyens fysiske utvikling etterpå.

TEKST: HANNE SPARRE-ENGER FOTO: INA AGENCY

Barnets nakke tåler et ekstremt press hvis det ligger riktig og fødselen går normalt for seg. Men hvis fødselen for eksempel er veldig rask eller tar lang tid, eller barnet forløses med sugekopp eller tang, kan barnet få en feilfunksjon i nakken.

– Da bør man være oppmerksom på at det kan bli nødvendig med behandling i ettertid, forklarer kiropraktor Elisabeth Aas-Jakobsen ved Bekken og Barn klinikken i Oslo.

Hun har mange års erfaring med barn og gravide. Når foreldre kommer til henne med urolige barn, spør hun alltid om svangerskapet og fødselsforløpet før hun undersøker barnet.

Plager i nakken?

Den første tiden hjemme med nyfødt baby er helt spesiell. De aller fleste må regne med å bruke litt tid på å komme i gang med ammingen og bli kjent med hverandre.

At noen spedbarn virker litt utilpass, viser uvilje ved amming eller har et urolig sovemønster er ikke uvanlig. Men hvis tiden går, og barnet ditt gråter mye og virker stresset eller utrøstelig, kan det være noe som plager det.

– I tilfeller der barnets misnøye vedvarer, og det ikke viser tegn til bedring, kan det være fornuftig å undersøke barnet for KISS, sier barnefysioterapeut Ute Imhof ved Barnas Fysioterapeut i Oslo.

Hun har behandlet små og store barn med nakkeproblemer i mange år. Hun holder også foredrag om KISS for helsestasjoner og jordmødre.

KISS (eller øvre nakkeleddindusert symmetriforstyr-

relse) er en feilfunksjon noen småbarn har i nakken. En blokkering i øvre nakkeledd hemmer den symmetriske utviklingen, forstyrrer barnets motorikk og begrenser barnets bevegelsesfrihet. Det kan påvirke fordøyelse, søvn og humør hos småbarn.

– Jeg synes det er viktig å finne ut hvorfor barnet gråter. Det er som regel en grunn til at man ikke klarer å roe barnet sitt. Barn som skriker voldsomt kan ødelegge den viktige tilknytningsfasen mellom mor og barn, og noen får problemer med ammingen, forklarer Imhof.

Fødselsforløpet avgjørende

Ifølge Ute Imhof er det viktig at barn får hjelp så tidlig som mulig.

– Har man en komplisert fødsel bak seg, anbefaler jeg å følge nøye med på barnet. Man lærer tidlig forskjell på sultgråt og smertegråt, mener Imhof.

Verken Imhof eller Aas-Jakobsen ønsker å skremme nybakte foreldre. Men i tilfeller der det kan være risiko for nakkelåsning, oppfordrer de foreldre til å følge godt med.

– Man kan selv enkelt sjekke om barnet har begrenset bevegelse. Hvis barnet ikke klarer å vri hodet naturlig til hver side, kan det være noe som blokkerer og det bør undersøkes for KISS, sier Imhof.

Babyer tåler mye

Selv om de nyfødte er små og uskyldige, tåler de utrolig mye. Ifølge Aas-Jakobsen er det viktig å gjøre ting med barnet sitt for at kroppen skal utvikle seg riktig. De bør

Tegn på at barnet kan ha KISS

- Barnet ligger som en c eller en banan når det ligger på ryggen.
- Barnet har en favorittside (egentlig en tvangstilling) og ligger med hodet til samme side. Hodet kan bli flatere på den siden, og ansiktet kan utvikle seg asymmetrisk.
- Barn med en unaturlig mykhet bak i nakken. Barn som kan bøye bakhodet nesten til rumpa, får gjerne problemer med å bøye hodet fram. Bakhodet blir flatt, og hår slites bort fra bakhodet.
- Generell misnøye med mye gråt og uro.
- Kolikk og andre fordøyelsesbesvær kan være nakkerelaterte smerter.
- Ammeproblemer: Barnet viser uvillighet under amming fordi det gjør vondt å vri hodet mot mors bryst og sugе. Bevegeligheten når barnet skal ta brystet er blokkert.
- Vanskeligheter med å falle til ro og sovne, hyppige søvnavbrudd, bråvåkning og plutselige hyl i sovne er andre symptomer på KISS. Det kan være vondt å ligge i sengen og være problematisk å finne en god liggestilling.
- Voldsom protest når man tar på lue eller trær noe over hodet fordi barnet er overfølsomt.



KAN MAN FOREBYGGE?

Det er ikke så mye gravide spesifikt kan gjøre for å komme KISS i forkjøpet. Men dersom du sitter mye på jobb, kan det være lurt å variere stillingen ofte. Når du sitter presses nemlig magen sammen, og ved å variere bevegelsesmønsteret får barnet bedre plass. Sørg for å ha mobilitet i korsrygg og bekken, og sitt gjerne litt på en stor ball. Legg deg ned på en sofa, og strekk ut kroppen av og til. Vær oppmerksom på hvordan du beveger deg gjennom dagen – variasjon er bra for både deg og for barnet ditt!



Slik får barnet ditt sterk og fin utvikling

- Stimuler barnet til å vri og bruke hodet aktivt fra side til side.
- Bær barnet – og ikke bare på favorittskulderen, men på begge.
- La barnet ligge litt på magen i våken tilstand. Det behøver ikke å være lenge av gangen, men ofte.
- Når barnet er våkent og det ikke blir matet, holdt eller kost med, la det ligge på en matte på gulvet og ikke bare i vugge eller seng.
- Bruk bilstol med måtel! Ta barnet ut og over i vognen når du skal i butikken.
- Bruk vippestol under måltider, men ikke hele tiden.

KISS – et kontroversielt problem

Ved flere sykehus i Norge er man skeptisk til det økte fokuset på KISS. Det finnes ikke en medisinsk diagnose basert på vitenskapelig forskning, og man vil unngå å skape unødvendig bekymring hos nybakte foreldre.

– Jeg har forståelse for skepsisen til selve begrepet KISS. Men man må ikke la det stå i veien for at babyer kan ha kraftige feilfunksjoner i nakken, sier kiropraktor Elisabeth Aas-Jakobsen.

ikke bare ligge i vuggen eller vognen når de ikke sover eller spiser.

– Ikke vær redd for den lille! Bær barnet rundt, hold det og driv på med det – da utvikles motorikken slik den skal. For eksempel bør man variere hvilken skulder man bærer på, slik at barnet lærer å vri hodet til begge sider, sier hun.

KISS er ikke farlig, men det kan hindre barnets naturlige utvikling og skape problemer. Ved å få behandling vil man tidlig korrigere feil og samtidig lære å løfte og stille barnet på riktig måte.

– Behandlingen gjør ikke vondt for barnet. Og hvis man kommer tidlig, er det heller ikke mange behandlinger som er nødvendig. Det er bedre å ta en sjekk hvis man er usikker på om det kan være noe som plager barnet. Vi behandler jo ikke barn som ikke har behov for det, forklarer Imhof.

Helsestasjonene rundt om i landet er blitt mer oppmerksomme på nakkerelaterte plager, og behandling av KISS er blitt mer vanlig. Man kan også henvende seg til barnefysioterapeut, Cranio sacral terapeut, manuell terapeut, osteopat og kiropraktor. Alle som jobber innenfor disse feltene, skal være godt kjent med KISS.

– Det skal ikke være nødvendig for verken barnet eller foreldrene å gå gjennom uker og måneder med problemer. Det kan ødelegge dyrebar tid hvor nærhet og trivsel er viktig. At kolikk er noe man må tåle, og at det vil gå over av seg selv, tilhører en gammeldags tenkemåte. Det samme gjelder teorien om at barn som gråter mye, får sterke lunger. Det er utrolig viktig å finne ut hvorfor barnet gråter, sier Imhof engasjert. ■

Barn med risiko for KISS

- Barn som har ligget i seteleie eller tvertleie i mors mage
- Barn som fødes med ansiktet opp, såkalte stjernebakkere
- Barn forløst ved keisersnitt, fundustrykk, vakuump eller tang
- Premature barn
- Tvillinger
- Store barn (over 4 kilo)
- Barn som har opplevd en veldig lang eller veldig kjapp fødsel (styrtfødsel)

Mer informasjon

Kiss-kidd.no
Manuellterapi.no/
Osteopati.org
Barnafysioterapeut.no
Bekkenogbarn.no