

Добрый день, уважаемые родители! Сегодня расскажем вам о такой довольно часто встречающейся патологии у грудничков, как кривошея. Очень важно вовремя заметить эту проблему. Чем раньше начать лечение, тем больше вероятность полного исцеления малыша. В период самоизоляции вы можете заниматься со своим ребенком самостоятельно, не выходя из дома. Специалисты отделения реабилитации детей с ограниченными возможностями подготовили для вас рекомендации, следуя которым вы сможете самостоятельно диагностировать данную патологию и незамедлительно приступить к ее исправлению.



**Врожденная мышечная кривошея** — одно из самых распространенных заболеваний новорожденных. Основной его причиной принято считать врожденное недоразвитие грудино-ключично-сосцевидной мышцы, её травмирование во время родов, а также родовую травму шейного отдела позвоночника. Грудино-ключично-сосцевидная мышца парная, расположена на боковой поверхности шеи. При сокращении правой мышцы голова

наклоняется вправо, а лицо поворачивается влево; при сокращении левой — наоборот. Если одновременно сокращаются обе мышцы, то голова запрокидывается назад и несколько выдвигается. Таким образом, при односторонней мышечной кривошее голова ребенка наклонена в сторону пораженной мышцы и повернута в противоположную. При выраженной кривошее часто встречается асимметрия лица и черепа ребенка: надплечье, лопатка и ключица расположены выше на больной стороне. Сама пораженная мышца утолщается, уплотняется и укорачивается, иногда в ее нижней части обнаруживается припухлость. Лечение начинается рано, с 2-3-недельного возраста, и обязательно включает лечение положением (укладки), массаж и лечебную гимнастику.

### **Лечение положением**

Ребенок должен лежать на полужестком матрасе, лучше без подушки. Вместо подушки под голову кладут сложенную в несколько раз пеленку. Очень важно, чтобы свет, игрушки, общение со взрослым были со стороны кривошеи (пораженной мышцы). Можно укладывать ребенка в корригирующее положение с помощью кольца, обернутого тканью и положенного под затылок, а также неполных мешочков с песком (солью, крупой), которые помещают на постели с обеих сторон головы или со стороны кривошеи (над надплечьями). Процедура проводится 2-3 раза в день во время сна ребенка. Обязательным условием лечения положением является правильное положение всего туловища: оно должно быть симметричным, прямым по отношению к голове. Для этого можно положить мешочки или «скатки» из одеяла от подмышек до колен ребенка. Первое время вы должны быть поблизости от ребенка и следить за его состоянием. Частые срыгивания исключают предлагаемую укладку. Ребенка надо чаще укладывать на бок. Если ребенок спит на стороне кривошеи, то под голову кладется высокая подушка, если он лежит на

здоровой стороне, то подушка не используется совсем. Очень важно правильно носить ребенка на руках.

### **Корректирующее положение**

1. Взяв на руки ребенка в вертикальном положении, прижмите его грудью к себе, ваши плечи и плечи малыша должны находиться на одном уровне. Поверните голову малыша в больную сторону, фиксируя это положение своей щекой. 2. Взяв на руки малыша в вертикальном положении спиной к себе, своей щекой поверните его головку в больную сторону и слегка наклоните ее в здоровую. 3. Носите ребенка на «больном» боку лицом или спиной к себе. В это время поддерживайте его головку, приподнимая ее в здоровую сторону. Мышечная кривошея может развиваться (и часто встречается) у детей с нарушением мышечного тонуса (асимметрией) или при постоянном одностороннем положении в кровати. Чтобы этого избежать, необходимо часто переключать малыша, подходить к нему с разных сторон. Массаж с самого начала лечения массаж занимает ведущее место, проводится на фоне общеукрепляющего комплекса, соответствующего возрасту и развитию ребенка.

### **Особенности массажа**

При массаже спины следует выделять воротниковую область: проводится поглаживание, растирание на здоровой стороне. На больной стороне применяются расслабляющие приемы (поглаживание, вибрация, нежное растяжение) — по надплечью и укрепляющий массаж (растирание, пощипывание, пунктирование, поколачивание) — в области лопатки. При массаже грудной клетки применяют расслабляющие приемы на больной стороне в верхней части груди. Нижнюю часть груди массируют симметрично. Массаж грудино-ключично-сосцевидной мышцы проводится крайне тщательно и осторожно. Для расслабления массируемой мышцы голова должна быть наклонена в сторону кривошеи. На пораженной мышце применяются только расслабляющие приемы, нежные поглаживания (от сосцевидного отростка до ключицы), растирание (делается мягко, подушечкой одного пальца), вибрация (по ходу мышцы). Ребенок не должен чувствовать боли. Здоровую грудино-ключично-сосцевидную мышцу массируют более энергично. При асимметрии лица можно массировать щеку, применяя со здоровой стороны поглаживание и растирание, с больной стороны — поглаживание и вибрацию в направлении вниз.

*Использованы материалы из книги  
Ирины Красиковой «Детский  
массаж от рождения до трех лет».*