



Ålands hälso-  
& sjukvård

## Råd till föräldrar vid **SKALLASYMMETRI**



### Råd till föräldrar vid skallasymmetri

- Lägg barnet i magläge när barnet är vaket. Detta är bra för huvudformen och stärker nack- och ryggmuskulaturen.
- Åldersadekvat bärsel/bärsjal kan vara ett bra sätt att variera barnets läge och undvika ryggläge under dagen. Var observant på att barnet kan andas lätt i sin position.
- Undvik babysitter som riskerar att underhålla favoritläge.
- Använd bilbarnstol endast under bilfärd.
- Behåll barnvagnens liggdel, för att möjliggöra stabilt sidläge för avlastning.
- Tänk på hur huvudet belastas då barnet sitter i till exempel bilbarnstol, babysitter eller barnvagn med sittvagnsinsats. Om möjligt placeras huvudet så att tillplattat område inte belastas.
- I första hand rekommenderas en variation av läget på barnet som avlastning framför huvudkuddar. Barnet ska inte belasta den tillplattade delen av huvudet.
- När barnet är äldre kan det placeras kortare stunder i sittande ställning exempelvis i matstol med stöd runt höfterna.
- Barnets huvud växer snabbt under första året (85 procent), skallens ben är mjuka och formbara. Om barnet får ligga i samma ställning långa stunder finns risk att barnet utvecklar en sned skallform (skallasymmetri). Det är därför viktigt att variera huvudets läge

## Kilkudde

Instruera föräldrarna om att barnet läggs i sidläge, stöd barnet med hjälp av kilkudde. För att säkerställa ett stabilt läge på sidan kan filt användas som ytterligare hjälpmedel. Barn med platt bakhuvud ligger omväxlande på höger och vänster sida.

Likaså kan barnet läggas omväxlande med huvudet vid huvud- respektive fotändan i sin säng. Barn med sned skallform ska bara ligga på motsatt sida.

Kilkudde kan användas så länge barnet accepterar positioneringen (bild 1 och 2). Kilkudden fungerar bäst på barn under 6 månader.



*Bild 1*



*Bild 2*



**Ålands hälso-  
& sjukvård**

PB 1091  
AX-22111 Mariehamn  
ÅLAND  
[www.ahs.ax](http://www.ahs.ax)