



*Barnsjukgymnasten Ulrika Radell ser en oroande ökning av bebisar med deformerad skalle och dåligt utvecklad motorik. **En orsak är att föräldrarna inte vågar låta sina barn ligga på mage.** Bebisar behöver mer "tummy-time" och bättre barnvagnar, anser hon.*



Ständigt rygggläge ger sämre motorik



En bra barnvagn ska ge barnet möjlighet att sitta aktivt. Tuva och Saga har en bra vagn, tycker Ulrika.

► **Vi fick ett tips** till redaktionen. Det var sjukgymnasten Ulrika Radells granne i Sollentuna, Marie Nordfors, som i ett mejl berättade om Ulrikas stora engagemang för barn och ungdomar. "Sedan en tid är Ulrika djupt oroad över den närmast epidemiska ökningen av spädbarn med deformerade skallar som hon ser i sina remisser" skrev hon. Hon berättade också att Ulrika gjort en dvd om små barns motoriska utveckling där hon bland annat visar hur en barnvagn ska vara konstruerad för att inte hämma framtida utveckling och kroppshållning. Det lät så klart intressant, så jag stämde träff med Ulrika Radell på hennes praktik i Rotebro strax norr om Stockholm.

Tillsammans med ett par kollegor driver Ulrika Radell mottagningen MIRA Barnfysioterapi. MIRA står för motorisk utveckling, idrott, rehab och aktivitet. Remisser kommer från hela Stockholmsområdet eftersom det endast finns ett fåtal sjukgymnastmottagningar med tydlig barnspecia-

lisering inom primärvården i Stockholm.

– Vi dränks nästan i remisser, berättar Ulrika Radell som motvilligt måste säga nej bland annat till att samarbeta med BUP.

Tiden och orken räcker helt enkelt inte till. De barn som kommer till Ulrika och hennes kolleger har alla möjliga problem, men en snabbt växande remissgrupp är bebisar med torticollis och skall-assymetri till följd av ständigt rygggläge. Ulrika Radell tycker utvecklingen med inaktiva barn och överdrivet försiktiga föräldrar är alarmerande.

– Vissa veckor har jag haft 17 barn med torticollis och skall-assymetri. Det här är friska barn som inte fått ligga på magen alls, inte ens korta stunder för att leka. Magläget stimulerar till rörlighet i nacken och i samverkan med receptorer i innerörat och nacken triggas rörelsemönstret och den normala motoriska utvecklingen igång. Det ger rörlighet i händerna vilket

behövs när barnet sedan ska krypa och stå vidare.

Ulrika Radell berättar exempelvis om ettåringar hon träffat som fortfarande ligger med knutna händer till följd av inaktivitet.

Det är mottagningsdags och tvillingarna Tuva och Saga, åtta månader, kommer på återbesök. De kom första gången när de var ett par månader, med äkta torticollis till följd av att de legat trångt innan förlösningen. Nu kryper de glatt omkring utan problem. Ulrika tar också en titt på deras vagn och är nöjd: Sitsen är plan och ryggstödet går att fälla rakt upp så att tvillingarna kan sitta aktivt.

Hon är upprörd över de ofta mycket dyra moderna vagnarna som marknadsförs som ergonomiska men är allt annat än det. Barnen ligger bakåtlutade utan möjlighet att öva upp och använda sina ryggmuskler. Resultatet ser hon på kliniken: motoriskt svaga bebisar som har svårt att



Tuva och Saga är på återbesök med mamma och pappa. De hade båda så kallad äkta torticollis när de kom första gången för ett halvår sedan. Efter lekträning och lek på magen är de motoriskt helt ikapp sina jämnåriga.

vända sig från rygg till mage, sitta utan stöd och krypa.

– Vi hade beställt en annan vagn när Ulrika gjorde oss uppmärksamma på att den vagnen var en ergonomisk katastrof, berättar Tuvas och Sagas mamma. Den här hittade vi på nätet.

Ulrika Radell tar fram sin kamera och tar ett par bilder på vagnen så att hon kan visa ifall andra föräldrar behöver tips på bra tvillingvagn.

Nästa lilla gäst är Felix, åtta månader. Han kryper, sitter och rör sig numera som han ska, men hade när han först kom väldigt asymmetrisk skalle till följd av inaktivitet och ständigt rygggläde. Det behövs inte så mycket för att rätta till problemen, enligt Ulrika: Mer tid på mage och lite lektips till föräldrarna.

Helst skulle Ulrika vilja lägga mer tid på information till bvc om hur viktigt det är med vakentid på mage för bebisarnas motoriska utveckling.

– Det märks stor skillnad mellan olika barnavårdscentraler. Jag har jättebra samarbete med flera bvc som informerar föräldrar om vikten av magläget för motorisk utveckling, medan det finns andra som inte har det och skrämmar upp föräldrarna med information om magläge och riskerna för plötslig spädbarnsdöd, säger hon.

I en paus mellan återbesöken berättar Ulrika om barns motoriska utveckling, där vissa delar är automatiska och handlar om riktningsspecificitet. Andra delar, som hur snabbt och med vilken kraft man rör sig, handlar om jämviktsreaktioner som måste tränas in. Men många barn får alldeles för lite vaken tid på mage, ”tummy-time”, vilket gör att de inte får träna på att lyfta huvudet och stimulera de motorikstyrande nackreceptorerna.

– Enbart rygggläde är ensamt orsak till en försenad motorisk utveckling som kan leda till nedsatt motorisk förmåga. Det i sin tur kan leda till socialt utanförskap eftersom de barnen inte deltar i lek som andra utan blir observatörer i utkanten, säger Ulrika Radell.

Hon visar en leksakskatalog full av det som beskrivs som ”pedagogiska leksaker för ditt barns utveckling”. Ulrika fnysar åt bilderna på gästolar och liggvagnar.

– Den ser ut som en rullator och har inte ett dugg med pedagogik att göra,



”Hur många fiskar har du i grillen?” frågar Ulrika Vincent, 4 år, och fångar upp även den språkliga utvecklingen i sin undersökning.



Ulrika gör tummen ner för många av leksakerna som marknadsförs som utvecklande.



Hur ont gör det i benen, frågar Ulrika Alfons, 4 år, som visar med händerna att han ofta har ganska ont.

säger hon och pekar på en färgglad gåbock för ettåringar som inte lämnar något utrymme för egna motoriska övningar.

Det saknas kunskap om normal motorisk utveckling och betydelsen av den på förskolor och skolor men också på bvc, tycker Ulrika Radell. Hon är ofta ute på skolbesök och pratar med idrottslärare och andra lärare och hör ofta idrottslärare berätta om hur de inte kan använda screening-instrument som tidigare för att kartlägga barns motorik – vissa av uppgifterna klarar inga barn i dag, till exempel att hoppa skidhopp.

– Vi här på MIRA Barnmotorikcenter känner oss lite som barnens försvarsadvokater, säger hon. Det är också viktigt att

kunna bedöma de barn som har motoriska problem i skolmiljön för att kunna hjälpa dem där.

Ulrika Radell har specialistkompetens i pediatrik och har fått auktorisation inom vårdvalet i Stockholm. Hon är bekymrad över villkoren i det nya vårdvalet för sjukgymnaster som just införts.

– Vi kommer inte längre att ha möjlighet att göra skolbesök till exempel, det fanns det utrymme för i taxan tidigare. Det gör att samarbetet med skolan kommer att bli lidande, säger hon.

Men det är inte bara inaktiva barn med platta skallar som kommer till Ulrika Radell. Hon träffar även äldre barn med motoriska problem, som Vincent, fyra år. Ulrika undersöker honom genom olika lekar: ➤

► Vincent får plocka upp och leverera post till brevlådan högt upp på väggen, han får fiska stående på en balanskudde, stoppa fiskarna i "grillen", hämta upp dem igen ur grilltunnan och spela basket och ballongtennis. Ulrika ger hela tiden massor av beröm och nya uppdrag och noterar vad hon ser. Hela processen går i ett svep och Vincent lockas igenom hela undersökningen. Mamma får tips på nya roliga lekar för Vincent att göra hemma, som att rita och klippa ut pepparkakor. Även finmotoriken får sitt.

Om Ulrika Radell hade mer tid skulle hon vilja undervisa kolleger, det finns ett stort behov av sjukgymnaster med barnspecialisering. Som det nu är överhoppas hon av remisser och det är svårt att prioritera och hinna med. Hon skulle också vilja ta fram undervisningsmaterial om barn med motoriska problem. Material finns för en

bok och hon har som sagt också gjort en film om normal motorisk utveckling hos barn 0–2 år. Filmen har hon använt vid besök på bvc, dagis och skolor.

– Jag får väldigt bra respons på filmen, men önskar jag hade mer tid att marknadsföra den och utveckla mer material, säger hon lite trött.

Hon är kritisk till vårdvalet när det gäller barnen. Krav på specialistkompetens i vårdvalet är bra men i praktiken finns inget vårdval för barn eftersom det inte finns tillräckligt många specialistsjukgymnaster att välja mellan.

– Jag tycker inte att behovet av barnspecialiserade sjukgymnaster är tillräckligt uppmärksammat. Taxorna är inte heller anpassade för specialiserad barnverksamhet. Tidigare fick man pengar för utbildning av bvc-personalen, men det finns inte med

nu. Preventivt arbetet blir svårare vilket leder till att vi får fler remisser och måste lägga mer tid på många fler enskilda barn.

Drömmen är att hitta lokaler där hon och hennes kolleger kan kombinera behandlingsverksamheten med undervisning och handledning. Och förhoppningsvis finns en lösning i sikte.

– Vi har nya lokaler på gång i Sollentuna centrum där vi skulle kunna samarbeta med skolteamens specialpedagoger och utbilda skolpersonal, berättar hon och låter hoppfull. **F**

LÄNK TIPS:

- <http://www.dn.se/nyheter/vetenskap/jympa-kan-forhindra-mobbing>
- <http://www.youtube.com/watch?v=DMPXyOyp1VO>
- <http://www.learnntomove.se>



Ulrika Radell brinner för barnen och deras behov och vill ha fler kolleger. Hon drömmer om mer tid för att utbilda.

Finmotoriken får sitt. Vincent får i läxa att rita och klippa ut pepparkakor.



Felix, 8 månader, är på återbesök. Han leker oftare på magen, sitter numera själv och har normal motorik för sin ålder.

