

Region Hovedstaden

Børnefysioterapeuterne

Når barnet hælder hovedet til højre



Stræk musklerne på højre side af halsen ved at holde på barnets hoved og højre skulder.



Når dit barn har ansigtet ind mod dig: Stræk musklerne på højre side af halsen, med din venstre arm.



Når dit barn kigger udad: Stræk musklerne på højre side af halsen, med din højre arm.



Når dit barn ligger på højre side: Løft krop og ben op, og stræk musklerne på højre side af halsen.



Når dit barn ligger på højre side: Få barnet til at løfte og holde hovedet oppe. Så trænes musklerne på venstre side.



Når barnet ligger på ryggen, på dine ben: Stræk musklerne på højre side af halsen, ved at holde hovedet til modsat side.



Når du sidder med dit barn: Skub barnets hoved mod venstre med dit hoved, og stræk musklerne på højre side.