

Region Hovedstaden

Børnefysioterapeuterne

Når barnet hælder hovedet til venstre



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



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



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



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



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



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



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