

BERNEFYSIO- TERAPEUT LEART BERN BOARTSJEN- DEWEI BETTER BEWEGEN

Bern dy't der foar it earst komme, tinke dat se yn in boartersklas binne. En eins is dat ek sa. In bernefysioterapeut leart bern troch spultsjes te dwaan better te bewegen. 'Do kinst net tsjin in bern sizze "doch dizze oefening fjouwer kear"', seit Ant Boersma-Sytsma.

Ingeborg Hoogsteen

BOARTSJENDEWEI YN THERAPY



Boersma wurket al mear as tritich jier as bernefysioterapeut by de Maatskip Dokkum-Damwâld. Sy komt in soad by minsken thús of ûntfangt se yn har behannelromte yn Dokkum. Har praktyk hat wol wat wei fan in pjutteboartersplak. Puzels, ballen, kraaltsjes, in trampoline en in wibeltop lizze klear om bern fan nul oant tsien jier boartsje te litten. It is in moai berop, fynt se. Bernefysioterapy komt der neffens har op del dat je bern boartsjendewei oefeningen dwaan litte. 'Dat klinkt ienfâldich, mar it falt net altyd ta. It is alle kearen in útdaging om spultsjes te betinken dy't bern spesifike oefeningen



dwaan. Fan bern kinst dat net ferwachtsje; dy moatte je útllokje om guon oefenings te dwaan. Bern ha ek net troch dat se hjir by in bernefysioterapeut binne. Se komme hjir om te boartsjen.'

Boersma hat har nei de algemiene oplieding fysioterapeut spesjalisearre yn it observearjen, ûndersykjen en behanneljen fan bern. 'Do moastst de hiele motoaryske en psychomotoaryske ûntwikkeling fan in bern witte. Hoe hâldt in nijberne baby him en hoe ien fan trije of njoggen moanne. Wannear meist ferwachtsje dat in lytse poppe him begjint om te rôljen. Wannear rint ien achter en wannear net?'

Fan nul oant twa

De measte bern wurde troch it konsultaasjeburo nei Ant Boersma trochstjoerd. De lytskes fan nul oant twa jier behannelet se by it bern thús. 'Sa kin ik sjen hoe't in bern him yn 'e thússituaasje hâldt. Hoe leit in popke yn 'e widze, yn it boartersstek en hoe jout mem de fieding en hoe wurdt it berntsje ferskjinne? Nei myn observaasje jou ik tips om it ris op in oare wize te besykjen. It konsultaasjeburo jout wol folders mei ynformaasje oer hoe't it moat, mar dat is foar âlders lang net altyd genôch. Dan jou ik in oare tip en dan slagget it ynienen wol. It binne bytiden simpele dingen

mar dy kinne fan grutte ynfloed wêze.' Under de lytse 'kliïnten' binne ek in tal gûlbabys. 'Wy besykje by dy bern in oanknopingspunt te finen. It hoecht net altyd oan de motoryk te lizzen. It kin ek komme troch termkrampen en soms hat it bern gewoan honger. Ik freegje de âlders meastal om ûnderskied te meitsjen yn 'e wize hoe't it bern gûlt: seurderich, hongerich of hat er echt pine. Ast goed harkest, dan hearst it ferskil. Al falt dat net ta; in mem fan in gûlbaby stiet der faak net mear foar iepen en harkje op dy manier nei it gûlen fan har bern.'

No't it advys is om bern op 'e rêch sliepe te litten, komme hieltyd faker skeane holtsjes foar. Dat fernimt de bernefysioterapeut ek. 'De krúnstjes fan lytse bern binne sacht. As bern hieltyd op deselde kant lizze, wurdt dy kant flakker. Dat is foar te kommen troch de widze om te draaien, in boartersdinkje oan 'e oare kant te lizzen of fan in oare kant ôf nei de widze of it boartersstek ta te kommen. As dat net folle úthellet, kin in helmterapy helpe.' As de bern trochferwiisd binne troch de húsdokter, it konsultaasjeburo of in bersedokter wurdt de behanneling fan de bernefysioterapeut fergoede troch de soarchfersekerder.

Boersma wurdt ek ynseakeke om lytse bern dv't harren oerstrekke te helpen. 'It lichem

hat bûch- en strekspieren en dy moatte mei-inoar gearwurkje om linich te bewegen. By in baby dy't krekt berne is, binne de strekspieren sterker as de bûchspieren. As sokke bern oerstjoer binne, stjoere se tefolle prikkels nei de strekkers en dêrtroch strekke se harren hieltyd mear. Dat besykje wy te ûnderbrekken. Oars wurdt it popke sa stiif as in planke; de holle en de skouders nei achteren, in holle rêch en de fuotten hielendal strekt. In bern fan fjouwer of seis wike moat noch net stean gean.'

Beukers

Ant Boersma hat it idee dat der hieltyd mear bern by de bernefysioterapeut komme. In ferklearring hat se der net foar. 'Miskien komt it wol om't bern yn 'e beukerleeftijd troch de learkrêften fan groep ien en twa skoard wurde op de fine en de grutte motoryk. Dy learkrêften kinne goed sjen wat in beuker motoarysk kin. Guon bern binne ûnhandich yn 'e fine motoryk: dy kinne net goed knippe, prikke en kraaltsjeriuwe. Dat binne dochs de taredende feardichheden dy't je nedich ha om letter te skriuwen en je hannen te manipulearjen. Oaren binne knoffelich yn 'e grutte motoryk: faak stroffelje, net springe kinne, net op ien foet stean kinne of net oer in stoepke hinne stappe kinne.'