

# Intensiva insatser vid cerebral pares 0-2 år

**Cerebral pares (CP) är den vanligaste orsaken till en rörelsenedsättning hos barn. CP beror på en hjärnskada som uppstått under graviditeten, under förlossningen eller efter förlossningen och innan barnet fyllt två år. Hjärnskadan kan bero på olika saker och sitta på olika ställen i hjärnan, därför är cerebral pares en bred diagnos. CP påverkar alltid motoriken men i olika omfattning vilket gör att funktionsnedsättningen varierar från individ till individ. Vid CP kan barnet också ha påverkan på bland annat kommunikation, nutrition, andning, beteende, kognition och mag-tarmfunktion. Vill du veta mer så kan du ta del av den digitala utbildning om CP som finns på habiliteringens webbplats.**

## Tidiga insatser för barn med cerebral pares eller med misstanke om cerebral pares

Neuroplasticitet innebär att det lilla barnets hjärna är formbar, det vill säga att nya nervbanor skapas runt skadan i hjärnan när barnet tränas och stimuleras av sin omgivning på olika sätt, till exempel genom lek. Neuroplasticiteten i hjärnan är stor till dess att barnet är ca sex år, den är mycket stor upp till ungefär två års ålder och som allra störst hos barnet under de sex första månaderna. Att komma i gång tidigt med insatser är därför viktigt för de långsiktiga effekterna på barnets motoriska färdigheter, språk och kommunikation, kognitiv och social utveckling och hälsa.

## Mer om neuroplasticitet

Förenklat kan man säga att genom intensiv träning bildar de nya banorna i hjärnan en liten stig och ju mer det lilla barnet utför en specifik motorisk rörelse själv byggs stigen ut till en väg och kan i bästa fall bli en motorväg. Denna utveckling är individuell och ingen kan säga helt säkert när barnet är litet, hur det kommer att bli framöver. Barnets motoriska utveckling följs och bedöms kontinuerligt under barnets tid på habiliteringen. Från två års ålder går det att genom en grovmotorisk bedömning få fram en prognos för hur barnets grovmotorik kommer att utvecklas över tid.

## Vad innebär tidiga intensiva insatser?

Det vi vet idag är att forskningen säger att insatser skall ske intensivt, målinriktat, i aktiviteter som är motiverande för barnet och att träningen ska ske i den miljö där barnet befinner sig. Det är av största vikt att barnet utför rörelserna själv eftersom det är då neuroplasticitet stimuleras i hjärnan. Det ger ingen effekt om ni som förälder böjer och sträcker på barnets arm eller ben.

För att barnet ska vilja fortsätta att röra på sin kropp måste träningen vara rolig och utföras genom lek. Er insats som föräldrar att locka barnet med olika leksaker, sång, bus och att prata är avgörande för att rörelserna ska bli intensiva och möjliggöra många repetitioner. Det lilla barnets träning ska vara målinriktad och ske i en berikande miljö.

## Berikning av miljö

Berikning av miljön kan göras på många olika sätt. Till exempel genom att använda olika underlag på golvet som stimulerar både balansen och känseln på olika sätt. Det kan också vara att använda olika leksaker och till exempel aktivitetstavlor för att stimulera barnet till att röra sig på olika sätt. Ibland behövs mer ljud för att motivera eller att det händer något som reaktion på barnets rörelser, ibland är det mer klara färger eller blinkande ljus som behövs.

Hur miljön kan berikas hos er är i hög grad individuellt och något ni kan diskutera och få råd och tips från er habilitering kring.

## Mål

För att ni föräldrar, ert barn och vi behandlare på habiliteringen ska jobba mot samma sak sätter vi upp mål. Målen gör att vi kan följa upp de insatser som görs, om det är rätt insatser och om de görs vid rätt tid och i rätt dos. Målen bestäms alltid i samråd med barnet och er föräldrar och de ska vara genomförbara och tidsbegränsade. Barnets perspektiv i målen är viktigt eftersom forskning visar att utveckling sker mycket snabbare när barnet är motiverat.

## Region Skåne

### Verksamhetsområde habilitering

[www.skane.se/habilitering](http://www.skane.se/habilitering)

Telefon: 040-33 30 00



### **Varför intensiva insatser i barnets vardag?**

Träningen behöver ske många gånger per dag i korta stunder på grund av barnets låga ålder. Vi på habiliteringen kommer att guida er föräldrar hur ni ska träna och öva med ert barn i er vardag och hemmiljö genom lek. Det är i barnets vardag som dessa tidiga intensiva insatser ger effekt, det är fastställt genom forskning. Vi kommer att hjälpa er hur ni på bästa sätt stöttar ert barn i dess motoriska, kommunikativa och sociala utveckling. Det är viktigt att barnet får sova, äta, gosa och mysa som alla små barn och bebisar.

### **Träning genom lek - varför då?**

För att det ska bli många repetitioner för barnet är det viktigt att motivera barnet att träna genom lek. De vuxna runt barnet måste på olika sätt locka barnet att vilja fortsätta. En lek som fungerar ena dagen kanske inte fungerar lika bra nästa, det gäller att använda fantasin, ljud, mimik, bus och sång för att fånga barnet och locka det till att fortsätta. Vi på habiliteringen hjälper er med det. Det finns inget rätt eller fel för det lilla barnet att leka på eller att röra sig på, det viktigaste är att barnet gör rörelsen själv och inte hur den ser ut. Motivation är en viktig faktor för att träningen ska bli intensiv och således ge många repetitioner. Barn tränar och lär sig nya färdigheter genom lek.

### **Habiliteringen erbjuder tidiga insatser gällande:**

- grovmotorik
- finmotorik
- ledrörlighet
- sväljning
- kommunikation
- föräldrastöd.

### **Bedömning och uppföljning:**

För att hitta rätt nivå av insatser för ert barn görs en del bedömningar på habiliteringen och de ligger till grund för de insatser som ni tillsammans med er behandlare kommer att genomföra i ert hem. Insatserna följs upp regelbundet för att fånga upp förändringar och utvecklingspotential samt förebygga problem som kan komma att utvecklas.

### **Ledrörlighet**

Barnets ledrörlighet kommer att följas på habiliteringen eftersom det är vanligt med en förhöjd spänning (spasticitet) i musklerna vid CP. Den ökade spänningen kan påverka en ledrs rörlighet negativt och därför är det viktigt att följa barnets ledrörlighet för att kunna bibehålla rörlighet och motverka smärta. I Sverige finns ett uppföljningsprogram som heter CPUP – uppföljningsprogram för personer med cerebral pares. Deltagandet i CPUP är frivilligt men rekommenderat. Mer information kan ni hitta på CPUP.se.

### **Föräldrastöd - varför det?**

Tidiga insatser är inte bara tillgängligt för ditt barn utan även ni föräldrar har möjlighet till stöd och information. Stöd till familjen är viktigt eftersom det ofta är en jobbig period och för att ni som familj skall orka med er nya vardag och ha möjlighet och ork att stötta ert barn på bästa sätt. Forskning bekräftar och styrker behovet av föräldrastöd för att de intensiva motoriska interventionerna ska ha störst effekt.

### **Hjälpmedel**

Som en del av de insatser som ges via habiliteringen kan det bli aktuellt att ditt barn får hjälpmedel. Dessa hjälpmedel är individuellt utprovade och bedömda att hjälpa barnet att nå en så stor självständighet och välfungerande vardag som möjligt. Forskning har visat att egeninköpta hjälpmedel såsom exempelvis gästolar hindrar barnets utveckling, därför är det viktigt att diskutera vad som passar barnet bäst med er fysioterapeut. Om ni har frågor kring hjälpmedel eller egeninköp av kommersiella produkter kan ni diskutera det med er fysioterapeut eller arbetsterapeut på habiliteringsmottagningen.

### **Sammanfattning:**

- Barnet ska själv utföra rörelsen.
- Träna genom lek.
- Träna mot mål.
- Träningen ska vara motiverande och specifik för barnet så att det blir många repetitioner.
- Ni föräldrar utför träningen i hemmet med stöd av habiliteringen.
- Föräldrastöd.

## **Region Skåne**

### **Verksamhetsområde habilitering**

[www.skane.se/habilitering](http://www.skane.se/habilitering)

Telefon: 040-33 30 00