

Vauvan kasvojen ja suun alueen kireyksien helpottaminen

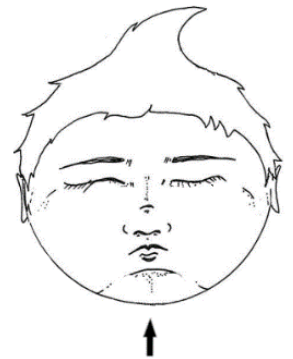
- yhden hoitokerran kokonaiskesto n. 30 sek.-1min
- toista hoitoa 4-6x/vrk
- jatka ainakin 1-2vkoa TAI sovittuun seurantakäyntiin asti

Pese kädet huolellisesti.

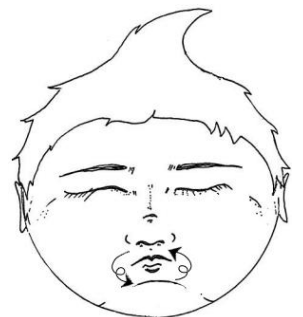
1. Sivele vauvan kasvoja sormenpäillä rauhallisin vedoin ohimoilta poskien keskialueelle. **Toista 5x.**



2. Hiero vauvan leukaluun kaaren takaa rauhallisin, pyöriävin liikkein. **Tee 5 pyöräytystä.**



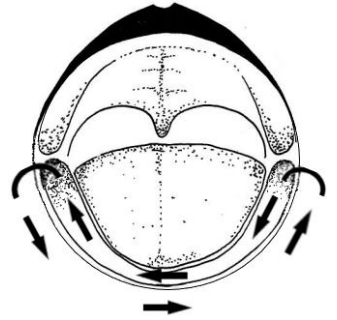
3. Kierrä vauvan suun ympärys sormenpäillä pyöriävin liikkein. **Toista 5x.**



➔ Näiden avulla vauvan kasvojen aluetta saadaan rentoutumaan ja vauvalla on mahdollisuus valmistautua suun sisäpuolen hierontaan.

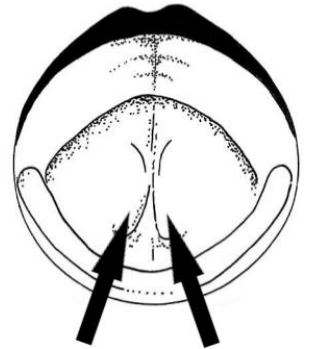
4. Laita etusormi varovasti vauvan suuhun ja kuljeta rauhallisesti pitkin alaientä puolelta toiselle. **Toista 5x.**

→ Vauvan kieli seuraa sormeä (refleksi). Tällä liikkeellä on tarkoitus aktivoida vauvan kielen sivuttaisliikkeitä.



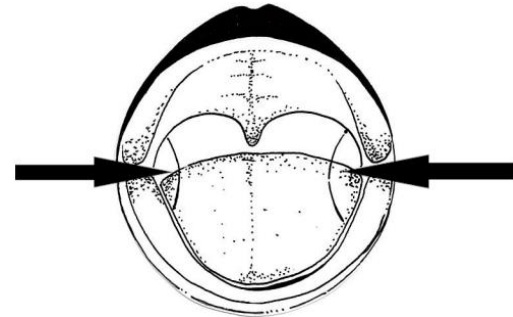
5. Vie myös toinen etusormi vauvan suuhun ja ujuta sormenpäät vauvan kielen alle mahdollisimman pitkälle. Nosta (ts. kippaa) vauvan kieltä kohti suulakea n. 1-2 sekunnin ajan.

→ Tällä liikkeellä on tarkoitus estää mahdollisen haavapinnan uudelleen kuroutuminen ja toisaalta venyttää vauvan kielijännettä hyvän imuotteen muodostumisen mahdollistamiseksi.



6. Jätä toinen etusormi vielä vauvan suuhun. Hiero molempien poskien sisäpuolet pyörivin liikkein niin, että peukalon pää on etusormen päätä vasten posken ulkopuolella. **Toista 5x.**

→ Tällä liikkeellä on tarkoitus rentouttaa vauvan poskilihaksia.



Anna vauvan vielä lopuksi imeä sormeä pienen hetken. Muutaman imun jälkeen lähde vetämään sormeä pois vauvan suusta hi-taas-ti. **Köydenveto.**

→ Tämä liike venyttää vauvan kieltä eteen- ja ulospäin.

KIELIJÄNNEOPERAATION JÄLKIHOITO:

- varaa jälkitarkastusaika 1-2vkon päähän imetyspoliklinikalta tai -neuvolasta
- toista hoitoa ensimmäisen viikon ajan 4-6x/vrk, pisin suositeltu hoitoväli 6h
- toisesta viikosta alkaen riittää 4x/vrk
- jatka hoitoa yhteensä 4 vkon ajan