

Esercizio 3: Accarezzare la lingua verso il basso e verso il fuori

Inizia come nell'esercizio 1, ma gira il dito e premi verso il basso sulla parte posteriore della lingua e tira lentamente fuori facendo pressione verso il basso e in avanti (verso le labbra) sulla lingua. Ripeti alcune volte.

Desensibilizzare il riflesso del vomito

Se un bambino ha un palato alto o stretto e ha conati di vomito quando di attacca al capezzolo o insiste con un attacco superficiale, si può aiutare a desensibilizzare il palato. Inizia massaggiando il palato del bambino vicino alla linea gengivale. Massaggia progressivamente più in profondità, ma evita di indurre il vomito. Ripeti l'esercizio fino a quando il bambino permetterà a un dito di toccare il palato mentre succhia. Potrebbero essere necessari diversi giorni di brevi sessioni di allenamento.

Suggerimenti per il bambino CONTRATTO:

Se il tuo bambino non APRE BENE LA BOCCA, un leggero massaggio può aiutare a rilassare la mascella e i muscoli facciali:

- Inizia con un leggero massaggio circolare con la punta delle dita sotto la mascella del bambino da dietro a davanti su entrambi i lati.
- Usando la punta delle dita, massaggia le guance del bambino dal centro verso la tempia su entrambi i lati. Massaggia in piccoli cerchi intorno alla bocca, vicino alle labbra, in senso orario e antiorario.
- Massaggia intorno alla bocca del bambino, vicino alle labbra, dal centro verso l'esterno, su entrambi i lati della bocca, in alto e in basso.
- Picchietta delicatamente un dito sulle labbra del bambino.
- Massaggia il mento del bambino.



RACCOMANDAZIONI UNA VOLTA A CASA

- ✓ Eseguire gli esercizi
- ✓ Proseguire l'allattamento al seno ed eventuale integrazioni secondo prescrizioni
- ✓ Contatto telefonico o rivalutazione ambulatoriale a distanza come concordato
- ✓ Guarda il video tutorial. Inquadra il QR code



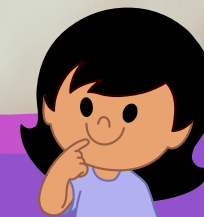
MAGGIORI INFORMAZIONI:

S.C. PEDIATRIA - OSPEDALE SANT'ANDREA, VERCELLI
CORSO MARIO ABBIATE 21 - 5° PIANO, PERCORSO A,

TEL. 0161/593454 - 593314 - 593453

E-MAIL PEDIATRIA.VC@ASLVC.PIEMONTE.IT

Grafica a cura URP



INFORMAZIONI SULL'ASSISTENZA DOMICILIARE POST-FRENULOTOMIA

Info post-frenulotomia (PED.DO.2936.00).pdf

RACCOMANDAZIONI PER LA GESTIONE DEL DOLORE

In caso di dolore/pianto, è possibile somministrare:

Paracetamolo gocce soluzione 100 mg/ml (classe C):



- da 3,2 kg età 0-30 giorni: 8 gtt ogni 6 ore (massimo 4 somministrazioni/die)
- da 4,3 kg età 1 mese: 10 gtt ogni 6 ore (massimo 4 somministrazioni/die)
- da 5,3 kg età 2 mesi: 13 gtt ogni 6 ore (massimo 4 somministrazioni/die)
- da 6,1 kg età 3 mesi: 22 gtt ogni 6 ore (massimo 4 somministrazioni/die)
- da 6,7 kg età 4 mesi: 25 gtt ogni 6 ore (massimo 4 somministrazioni/die)
- da 7,2 kg età 5-6 mesi: 27 gtt ogni 6 ore (massimo 4 somministrazioni/die)
- da 8 kg età 7-10 mesi: 30 gtt ogni 6 ore (massimo 4 somministrazioni/die)

oppure

Paracetamolo supposte 62,5 mg (classe C):

- (dalla nascita a 5 kg di peso): 1 supposta massimo 4 somministrazioni /die

Paracetamolo supposte 125 mg (classe C):

- 6-7 kg: 1 supposta ogni 6 ore (massimo 4 somministrazioni /die)
- 7-10 kg: 1 supposta ogni 4-6 ore (massimo 5 somministrazioni /die)

ESERCIZI DI STRETCHING

Lo scopo degli esercizi di stretching è di garantire che il nuovo frenulo guarisca con maggiore flessibilità.

Esegui questi esercizi dal giorno successivo alla procedura!

Frenulo labiale (Labbro)

- Con le mani pulite, afferrare il labbro superiore e sollevare verso l'alto e indietro verso il naso.
- Mantenere questa posizione per non più di 3 secondi.
- Poi con il polpastrello dell'indice massaggia lungo la cresta gengivale come per lavare denti immaginari. Sii delicato e assicurati di strofinare in alto nella piega sotto il labbro. Strofinare circa 5 volte da un lato all'altro e su e giù. Il massaggio non deve richiedere più di 5 secondi.

Frenulo Linguale (Lingua)

- Con le mani pulite, posiziona in profondità entrambe le punte dell'indice agli angoli sinistro e destro della ferita a forma di diamante. Le dita dovrebbero affondare nella parte morbida della bocca.
- Usa le altre dita per spingere verso il basso sul mento per aiutare a mantenere la bocca aperta.
- Usa entrambi gli indici per sollevare la lingua su e giù per 5 ripetizioni. Le tue dita faranno un movimento "vieni qui" capovolto. Se fatto correttamente, la lingua dovrebbe sollevarsi ed il diamante si aprirà.
- Massaggiare delicatamente il pavimento della bocca intorno al diamante o losanga da una parte all'altra seguendo l'arco gengivale, utilizzando una pressione da lieve a moderata.

ESERCIZI PER LA STIMOLAZIONE DELLA SUZIONE

Usa questi esercizi prima della poppata o come attività di gioco. Assicurati di interrompere qualsiasi esercizio che non piaccia al tuo bambino e di avere il suo permesso per mettergli le dita in bocca. Prima di iniziare, lavarsi le mani e assicurarsi che le unghie siano corte e lisce.

È meglio lavorare direttamente con un consulente per l'allattamento per determinare quali esercizi sono i migliori per te e il tuo bambino.

Esercizio 1: Succhiare le dita

Usa un dito (con un'unghia tagliata e limata) che corrisponda strettamente alle dimensioni del tuo capezzolo. Posiziona la parte posteriore di questo dito contro il mento del bambino con la punta del dito che tocca la parte inferiore del naso. Questo dovrebbe stimolare il bambino a spalancare la bocca. Lascia che il bambino muova la bocca intorno al dito, lo prenda da solo e inizi a succhiarlo. La lingua dovrebbe coprire le gengive inferiori e il dito dovrebbe essere attirato nella giuntura del palato duro e molle. Se la lingua non è in avanti sopra le gengive inferiori, o se la parte posteriore della lingua tende a restare sollevata, premere delicatamente sulla lingua e usare la trazione in avanti (verso le labbra).

Esercizio 2: Lateralizzazione da un lato all'altro

Accarezzare delicatamente le labbra del bambino fino a quando la bocca si apre, quindi accarezzare le gengive inferiori e superiori da un lato all'altro. La lingua dovrebbe seguire il dito.

