



חשיבות התנועה והשגת אבני דרך מוטוריות כתורמים להתפתחות הכללית בתינוקות

למה כדאי לפנות לפיזיותרפיסט/ית לילדים גם כאשר הילד בריא אך מדגים עיכוב מוטורי?

ערבה רון באום MSc BPT

מרצה במרכז להוראה קלינית, החוג לפיזיותרפיה, אוניברסיטת תל אביב, המרכז ע"ש חיים שיבא
פיזיותרפיסטית- אבחון וטיפול בהתפתחות הילד ושיקום

התפתחות התינוק בשלבים הראשונים של החיים היא סוג של פלא ומהרגע שהתינוק מגיח לעולם ההורים עוקבים אחר התפתחותו בעניין רב. בכתבה זו אתייחס ליכולות התנועה הראשונות של התינוק, לחשיבות של השגת אבני דרך מוטוריות בזמן (לדוגמה- הרמת ראש, זחילה, התיישבות עמידה והליכה) כתורמת להתפתחות הכללית וכן ולאיתור בעיות התפתחותיות בזמן.

- חשיבות השגת יכולות תנועה והתנסויות חיוביות בתנועה בשלבים מוקדמים בחיים:

כיום כבר כולנו יודעים שפעילות גופנית ותנועה מהוות תרומה משמעותית לבריאות הכללית שלנו בילדים ובמבוגרים. פעילות גופנית מסייעת במניעת השמנה, מונעת תחלואה, מאריכה את תוחלת החיים ומשפרת את מצב הרוח. תינוק בשלבי התפתחות ראשונים עדיין אינו מבצע פעילות גופנית אירובית משמעותית אך יכולת זו מתגברת ומשתפרת עם הגדילה. ישנה חשיבות ליכולת התנועה שלו ולהשגת אבני הדרך המוטוריות הבסיסיות על מנת לאפשר פעילות גופנית מיטבית בעתיד.

יכולות התנועה הנרכשות בשלבים התפתחותיים ראשונים והתנסויות חיוביות בעזרת יכולות אלו יעודדו להשתתפות בפעילויות משחק ופנאי הכוללות מרכיבים גופניים (כוח, תחושה, קואורדינציה, סבולת אירובית ושרירית, גמישות) במהלך החיים כפעוט כילד וכבוגר.

- תנועה והשגת אבני דרך מוטוריות בזמן כמעודדות התפתחות כללית (יכולות שכליות ושפתיות)

כדאי לדעת כי תינוקות מתחילים את תנועותיהם הראשונות כבר ברחם ולאחר הלידה מתחילים לנוע במרחב, בתחילה באופן רפלקסיבי ובהדרגה באופן מכוון מטרה המאפשר אינטראקציה עם הסביבה. ההתנהגות המוטורית מאפשרת לתינוק ללמוד, לחקור ולהתפתח רגשית ושכלית. היכולות התנועתיות שלו מאפשרות לו את חקירת הסביבה.

לדוגמה: תינוק שאינו מסוגל לשבת בכוחות עצמו, זקוק לידיים שלו לתמיכה, אינו יכול לפנות אותן למשחק ולכן חוקר את המשחק ברמה אחרת, נמוכה יותר. לעומת זאת, תינוק שיושב יציב יפנה את ידיו כדי ללחוץ, להקיש ולסובב את המשחק וכך יקבל ממנו מידע רב יותר.

לכן, אם נשווה בין תינוק בגיל 8 חודשים שיושב יציב ומשחק לבין תינוק באותו הגיל שאינו יושב וזקוק לתמיכות בישיבה יכולת המשחק שלהם תהיה שונה והמידע שיקבלו מהמשחק יהיה שונה.

למה כדאי לפנות לפיזיותרפיה כששמים לב לעיכוב מוטורי (ולא לחכות...)?

1. ליקויים מוטוריים לעיתים מהווים סימן ראשון לבעיות התפתחותיות אחרות

הורים לתינוקות פוגשים בפיזיותרפיסטים בשנתיים הראשונות של חיי התינוק בשל עיכוב מוטורי או ליקויים מוטוריים קלים.

התינוק בשנת חייו הראשונה פוגש באופן רוטיני את רופא הילדים ועובר מעקבים בטיפת חלב. בדרך כלל, מבין כלל המטפלים במקצועות הבריאות הפיזיותרפיסט יהיה מהראשונים שיבדוק את התינוק מבחינה התפתחותית. עובדה זו



נובעת מכך שהקשיים המוטוריים לרוב נצפים ראשונים על ידי הצוות הרפואי או ההורים והם בולטים יותר על פני קשיים בתחומים אחרים בשלבי התפתחות מוקדמים.

לדוגמה קושי בשליטת ראש ותנועת הראש הם אחד הסימנים הראשונים הנצפים על ידי הורים לעומת מיעוט בהשמעת קולות או מלמול שנצפים בשלבים מאוחרים יותר. סימנים מוטוריים מסוימים עשויים להוות סימן ראשוני לקשיים בתחומים אחרים כגון קשיי תקשורת או שפה ועל כן מעבר להתערבות הטיפולית בפיזיותרפיה יש צורך בהמשך מעקב אחר התינוק בתחומים נוספים.

2. עיכוב מוטורי משפיע על מרכיבים התפתחותיים בשנות החיים הראשונות גם בילדים בריאים

כאשר תינוק מדגים עיכוב מוטורי קל בלבד על פי בדיקות סטנדרטיות והערכה מקיפה, ואין סימנים מדאיגים אחרים, פעמים רבות ההורים שואלים האם זה משנה שיש עיכוב מוטורי ומהן ההשלכות להמשך ההתפתחות? "בסוף הוא הרי ילך כמו כולם..."

אנחנו כפיזיותרפיסטים לילדים מצד אחד לא רוצים להלחיץ את ההורים, כי בסופו של דבר במרבית המקרים התינוק הבריא ימשיך את חייו עם התפתחות תקינה ומצד שני אנו יודעים מהי החשיבות באיתור מוקדם של בעיות התפתחותיות ומהן ההשלכות של תינוק עם עיכוב מוטורי גם כאשר הוא ילד בריא ללא אבחנה של ליקוי התפתחותי.

בעשור האחרון מחקרים מראים כי השגת מיומנויות מוטוריות בטווח הזמן התקין בתינוקות בריאים חשובה ביותר להתפתחות הכללית של הילד הצעיר מבחינות אחרות- שכליות תקשורתיות ושפתיות.

לפי מחקר עדכני, תינוקות שהשיגו מיומנויות מוטוריות בזמן הראו בגיל מאוחר יותר יכולות התפתחותיות גבוהות יותר בתחומים נוספים.

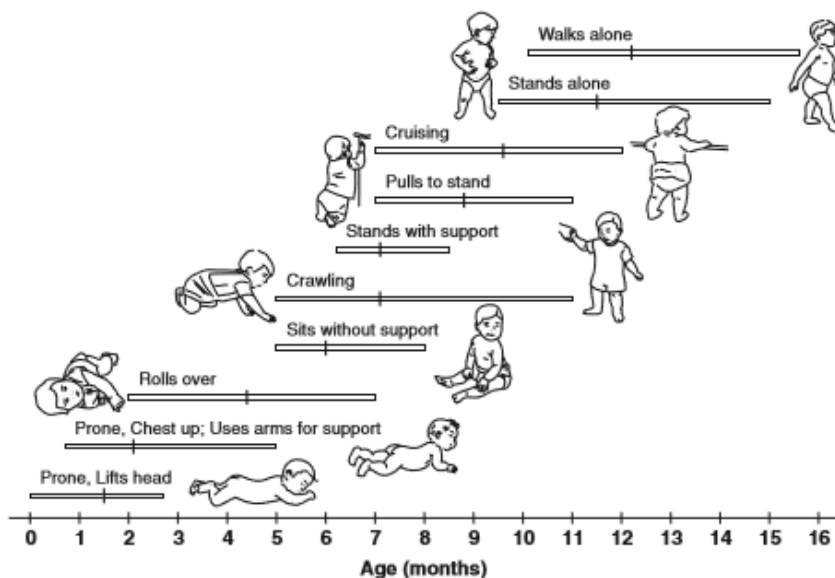
לסיכום, יכולת התנועה במרחב מאפשרת לתינוק לחקור את סביבתו ברמה גבוהה יותר ובכך מאפשרת ומעודדת תהליכים קוגניטיביים והתפתחותיים.

השגת יכולות תנועה בשנות החיים הראשונות מהוות בסיס המאפשר ביצוע פעילויות פנאי ופעילות גופנית ברמה טובה מה שמאפשר השתתפות חברתית בחיי הילד והבוגר.

אבחון בפיזיותרפיה והשגת מיומנויות מוטוריות בזמן בשלבים מוקדמים של התפתחות חשובים על מנת לעודד יכולות התפתחותיות רב תחומיות בגיל הרך.

***כלי עזר לשימוש ההורים – תרשים השגת מיומנויות מוטוריות לפי טווחי גילאים.
(Adolph KE, Karasik LB, Tamis-LeMonda CS. Taylor and Francis;2010)

חשוב לציין כי לא כל עיכוב במיומנות בהכרח מעיד על בעיה או צורך בבדיקה. יש להתייעץ עם גורם מוסמך.



מקורות:

The development of motor behavior, Karen E Adolph, John M Franchak, Wiley interdisciplinary reviews, Cognitive science, 2017 Jan;8(1-2)

Gross Motor Milestones and Subsequent Development, Akhgar Ghassabian, Rajeshwari Sundaram et al, Pediatrics 2016;138

Grounding Early Intervention: Physical Therapy Cannot Just Be About Motor Skills Anymore, Michele A. Lobo, Regina T. Harbourne, Stacey C. Dusing, Physical Therapy, 2013; 93:94-103