

PARALIZA CEREBRALE

UDHËZUES PËR PRINDËR

1. Definicioni
2. Llojet
3. Problemet tjera
4. Shkaktarët
5. Prarandalimi
6. Zhvillimi i fëmijës: katër sferat
7. Të mësuarit e prindërve dhe familjarëve
 - a. Komunikimi i mirë
 - b. Kujdesi
 - c. Parandalimi i deformimeve
 - d. Aktivitetet ditore
 - e. Problemet tek paraliza cerebrale

1. Definicioni

Paraliza cerebrale i nënkupton gjendjet komplekse joprogresive të shkaktuara nga dëmtimi i pjesëve të trurit të cilat i kontrollojnë lëvizjet, gjendje këto të shkaktuara gjatë tre viteve të para të jetës të cilat për pasojë kanë kufizimin e aftësisë.

Fjala “paralizë” ka të bëjë me çrregullimin e lëvizjeve ose të mbajtjes së trupit kurse fjala “cerebrale” ka të bëjë me trurin.

Pjesa e vogël e trurit që kontrollon lëvizjet mund të dëmtohet para ose pas lindjes. Në këtë mënyrë muskujt e pjesës së dëmtuar të trurit pranojnë udhëzime të gabuara. Kjo bën që personat e sëmurë të jenë të shtanguar ose të plogësht. Muskujt nuk i kanë të paralizuar.

Disa herë dëmtimet i prekin edhe pjesët e tjera të trurit të cilat mund të shkaktojnë vështirësi në shikim, dëgjim, komunikim dhe mësim.

Paraliza cerebrale fëmijët i prekë gjatë gjithë jetës. Pjesët e dëmtuara të trurit nuk mund të ripërtrihen e as bëhen më keq por me rritjen e fëmijës efektet bëhen më të dukhme, sepse për shembull, mund të shfaqen deformitete.

Paraliza cerebrale fëmijën e prekë në forma të ndryshme. Fëmija me dëmtime të lehta ecë me barazpeshë të dobët. Fëmijët e tjerë mund të kenë vështirësi në shfrytëzimin e duarve të tyre. Fëmijët me dëmtime të rënda mund jo rrallë kanë nevojë të mësojnë për t'u ulur dhe mund të mos jenë të pavarur në aktivitetet e përditshme.

Paraliza cerebrale haset në të gjitha vendet dhe në të gjitha llojet e familjeve. Rreth një në çdo 300 foshnje lindë ose mund ta marrë paralizën cerebrale.

Të gjithë fëmijët me paralizë cerebrale mund të kenë dobi gjatë zhvillimit të tyre nga mësimi dhe trajnimi i hershëm. Ndonëse paraliza cerebrale nuk mund të shërohet efektet negative të saj mund të zvoglohen varësisht se sa herëtet fillojmë t'i ndihmojmë foshnjes dhe varësisht nga shkalla e dëmtuar e trurit.

Sa më herët që ofrohet ndihma aq më tepër rivitalizime mund të bëhen.

2. LLOJET E PARALIZËS CEREBRALE

PARALIZA SPASTIKE

Spastika inënkupton muskujt e shtanguar ose të tendosur. Shtangimi i muskujve i ngadalëson dhe i vështirëson lëvizjet. Urdhërat e gabuara që vijnë nga pjesët e dëmtuara të trurit ndikojnë që trupi të mbahet në pozita jo të rregullta (jonormale) prej të cilave fëmija vështirë se mund të lirohet. Kjo shkakton mungesën e lëvizjeve të caktuara. Gradualisht mund të paraqiten deformimet.

Shtangimi apo tendosja e muskujve bëhet më i madh kur fëmija shqetësohet, kur përpiqet të lëvizë më shumë ose shumë shpejt. Ndryshimi i tendosjes nga njëra pjesë te pjesa tjetër e trupit mund të shkaktohet edhe me ndryshimin e pozitës së kokës.

Paraliza cerebrale spastike është forma më e shpeshtë e paralizës cerebrale.
Fëmija spastik identifikohet varësisht nga pjesët e prekura të trupit.

Fig. Fq. 3 libri "paraliza cerebrale"

Hemiplegjia

Është gjendje në të cilën preket dora, trupi dhe këmba e njërës anë.

Krahu i fëmijës është kthyer te brenda dhe i lakuar.
Shuplakën e dorës e ka të bërë grusht.
Këmbaën e kthyer te brenda.
Fëmija qëndron në majë të gishtërinjve.

Diplegjia

Është gjendje në të cilën fëmija i ka këmbët më të prekura se duart

Krahët i ka pak të plogësht
Këmbët i ka të ngjeshura dhe të kthyera përbrenda
Fëmija qëndron në majë të gishtërinjve

Tetraplegjia apo Kuadriplegjia

Është gjendje në të cilën preket i tërë trupi

Fëmija e kontrllon kokën dobët
Krahët i ka të kthyer përbrenda dhe të lakuar
Duart i ka të bëra grusht
Këmbët i ka të ngjeshura dhe të kthyera përbrenda
Qëndron në majë të gishtërinjve

Atetoidi

Është gjendje e lëvizjes me dridhje ose lëvizje e ngadalshme përdredhëse ose gjarpëruese
e këmbëve, krahëve, duarve dhe e fytyrës
Fëmija ka barazpeshë të dobët

Ataksiku

Është gjendje me lëvizje lëkundëse të pasigurta
Fëmija ecë në mënyrë të pasigurtë
Barazpeshën e mbanë dobët

Te hemiplegjia janë të prekura dora, trupi dhe këmba e njërës anë.
Te diplegjia janë këmbët më të prekura se duart
Te tetraplegjia ose kuadriplegjia është i prekur i tërë trupi

Atetoidi

Atetoza i nënkupton lëvizjet e pakontrolluara. Fëmija bën lëvizje të ngadalshme përdredhëse të këmbëve, krahëve, duarve ose të fytyrës. Lëvizjet i bën në pjesën më të madhe të kohës. Lëvizjet keqësohen edhe më tepër kur fëmija emocionohet ose shqetësohet kurse shumë më pak kur është i qetë.

Pozitat e parregullta të trupit vijnë dhe shkojnë varësisht nga tendosja apo lirimi (plogështimi) i muskujve.

Deformimet shfaqen më rallë. Ky ndryshim i vazhdueshëm e vështirëson mbajtjen e qetësisë emocionale prandaj barazpesha e fëmijës është e dobët. Nëse e ka të prekur edhe fytyrën atëherë vështirësohet qartësia dhe kuptueshmëria e të folurit.

Fëmijët atetoid si foshnje janë të plogësht. Ata zakonisht bëjnë lëvizje të pakontrolluara që moshën dy ose tre vjeçare. Kjo dukuri shfaqet në mënyrë graduale. Disa fëmijë mbeten të plogësht.

Ataksiku

Ataksia i nënkupton lëvizjet lëkundëse dhe të pasigurta. Lëvizjet e tilla të pasigurta shihen vetëm atëherë kur fëmija përpiqet të mbajë ekuilibrin, të ecë ose të bëjë diçka me duart e tij apo të saj. Për shembull nëse fëmija përpiqet të kap lojën mund rëndom dështon që këtë ta arrijë për herën e parë.

I duhet shumë kohë për të qëndruar në këmbë dhe për të ecur të cilat kërkojnë më shumë kohë për t'i mësuar për shkak se barazpeshën e mbanë dobët.

E përzier

Shumë fëmijë kanë tipare të më shumë se një lloji të paralizës cerebrale. Për shembull disa fëmijë kanë paralizë cerebrale spastike me lëvizje atetoide.

3. – PROBLEMET TJERA TE FËMIJËT ME PARALIZË CEREBRALE

Shikimi (aftësia e të pamurit)

Problemi më i shpeshtë i këtyre fëmijëve është vëngëria. Shumë foshnje herë pas here shikojnë vëngër por kjo gjendje kalon me rritjen e tyre. Fëmijët më të mëdhenj se gjashtë muaj të cilët shikojnë vëngër duhet të dërgohen te mjeku i syve sepse mospërfillja dhe lënia pas dore e kësaj gjendje mund të shkaktojë pasojën që fëmija të shohë vetëm me një sy.

Për disa fëmijë ka nevojë për operacion. Të tjerët mund të ndihmohen duke mbajtur syza të cilat ia përshkruan mjeku i syve.

Dëgjimi

Disa fëmijë, veçanërisht ata me paralizë cerebrale atetoide, mund ta kenë të dëmtuar dëgjimin. Kjo gjendje e vështirëson mësuimin e të folurit. Në qoftë se dyshoni që fëmija ka pengesa në dëgjim atëherë konsultohuni me mjekun. Disa fëmijë mund të ndihmohen me përdorimin e mjeteve ndihmëse për dëgjim.

Të ushqyerit dhe të folurit

Ushqimi dhe të folurit varen nga aftësia e kontrollimit të muskujve të gjuhës, buzëve dhe fytyrës. Kur kontrollimi i muskujve është i dobët mund të shfaqen vështirësi me përthypjen dhe gëlltitjen. Aftësia e të folurit mund të vonohet. Dhënia e ndihmës fëmijës që të hajë normalisht është shumë e rëndësishme dhe me ndikim që ai të mësohet të flasë. Duhet të siguroheni se ai merrë sasi të mjaftueshme të ushqimit. Përpiquni ta ushqeni me ushqim të fortë në mënyrë që të mund të mësohet ta përthypë ushqimin.

Duke i inkurajuar dhe nxitur shumë fëmijë me paralizë cerebrale mësojnë të flasin ndonëse fjalët ndonjëherë nuk i kanë mjaft të qarta për tu kuptuar nga të tjerët. Nëse ndodh një gjë e tillë, përpiquni që me fëmijën të gjeni mënyrë tjetër të komunikimit si p.sh. përmes tregimit.

Rritja

Foshnjat që kanë vështirësi në ngënie e rrisin peshën ngadalë. Fëmijët që janë më të rritur rëndom janë më të dobët dhe më të imët në krahasim me moshën që kanë sepse lëvizin më pak prandaj nuk u zhvillohen muskujt. Fëmijët me hemiplegji, zakonisht krahun dhe këmbën e prekur i kanë më të dobët dhe më të holla se dorën dhe këmbën tjetër.

Ngadalësia në të mësuar

Për fëmijët që nuk mund të flasin qartë ose që nuk mund ta kontrollojnë mirë fytyrën e tyre më parë është menduar se janë të ngadalshëm edhe në aspektin mendor. Mirëpo, kjo nuk vlen për të gjitha rastet. Rreth gjysma e fëmijëve me paralizë cerebrale kanë vështirësi me të mësuar. Të tjerët, veçanërisht ata me paralizë cerebrale atetoide kanë intelegjencë mesatare ose të mirë.

Personaliteti dhe sjellja

Paraliza cerebrale mund të ndikojë në zhvillimin e personalitetit të fëmijës. Meqenëse fëmija lëvizjen dhe komunikimin e ka të vështirësuar, mund të iritohet shumë më lehtë dhe mund të zemërohet kur bën diçka apo heq dorë dhe kurrë më të mos e provojë. Është shumë me rëndësi që gjithmonë të kemi durim me fëmijën, ta inkurajojmë dhe ta kuptojmë.

Krizat dhe epilepsia

Tek këta fëmijë krizat mund të fillojnë në çdo moshë por nuk shfaqen te të gjithë. Krizat e pakontrolluara mund ta dëmtojnë edhe më shumë trurin si dhe ta zvogëlojnë aftësinë e

fëmijës për të mësuar. Krizat zakonisht mund të kontrollohen me ilaçe prandaj është shumë me konsultimi me mjekun.

Në disa raste është e nevojshme që ilaçet të merren rregullisht vite me rradhë dhe nuk bënë të ndërprehen pa u këshilluar me mjekun.

Krizat e buta të ashtuquajtura -petit mal: Fëmija mund ta ndërpresë aktivitetin që është e zhvilluar dhe të shikojë me ngulitje pa ndonjë qëllim. Ju nuk bënë t'ia tërhiqni vëmendjen. Mund t'i shkaktohen disa lëvizje të pazakonshme, si për shembull përsëritja e lëvizjeve të buzëve ose duarve.

Krizat e fuqishme të ashtuquajtura grand mal: Nëse fëmija është duke qëndruar në këmbë mund të rrëzohet. Nëse është i ulur në karrige mund të rrëzohet anash. Mund t'i shfaqen lëvizje të pakontrolluara me dridhje të duarve dhe këmbëve dhe me humbjen e vetëdijes. Nga goja mund t'i dalë pështyma apo të shkumbojë ndërsa sytë mund t'i rrotullohen lart.

Kohëzgjatja e krizave: Krizat rëndom janë të shkurtëra. Krizat e dobëta zgjasin vetëm disa sekonda. Krizat e fuqishme mund të zgjasin 10 – 15 minuta.

Kujdesi ndaj fëmijës që ka kriza

Nëse fëmija përjeton kriza të fuqishme

- largojeni nga gjërat e rrezikshme siç është zjarri dhe gjërat e mprehta
- lirojeni nga rrobat e ngushta
- nën kokë vërin rroba apo jastëk
- rrotullojeni anash në mënyrë që pështyma apo shkumba t'i rrjedhë nga goja dhe të marrë frymë më lehtë.
- Qëndroni me të derisa t'i përfundojë kriza
- Kur t'i përfundojë kriza ai do të jetë i më i lodhur dhe si i përgjumur
- Lëreni të flejë

Gjatë krizës fëmijës MOS I FUTNI asgjë në gojë.

4. – SHKAQET E KRIZAVE

PARA LINDJES

Si shkaqe mund të jenë infeksionet e nënës në javët e para të shtatzanisë, për shembull fruthi apo rubeolla ose herpesi apo herpes zoster.

Diabeti përkatësisht sëmundja e sheqerit si dhe tensioni i lartë i gjakut të nënë gjatë shtatzanisë gjrithashtu mund të jenë shkaqe të krizave.

PERIUDHA AFËR LINDJES

Shkak i deformitetit mund të jetë dëmtimi i trurit të foshnjes së lindur para muajit të nëntë Lindja e vështirë e cila ia dëmton foshnjes trurin

Dështimi në frymëmarrjen e rregullt
Paraqitja e verdhëzës tek foshnja

PAS LINDJES shkaqe mund të jenë:

Infeksionet apo pezmatimet e trurit siç është meningjiti
Aksidentet që mund të shkaktojnë dëmtime të kokës dhe trurit
Temperatura e lartë si pasojë e infeksionit ose humbja e lëngjeve si pasojë e diaresë i njohur me emrin dehidrimi.

Për shumë raste shkaktari nuk është i njohur

5.- PARANDALIMI I PARALIZËS CEREBRALE

Fëmijët mund të jenë më pak të rrezikuar nga paraliza cerebrale nëse ndërmerren hapat dhe masat si vijon:

PARA DHE GJATË SHTATZANISË:

- Të bëhet imunizimi i nënës kundër fruthit para shtatzanisë
- Shmangia nga shtatzania para moshës 18 vjeçare dhe nëse nëna nuk mjaft e shëndoshë për të pasur pa rrezik për foshnjen.
- Kontrollimi mujor gjatë shtatzanisë. Identifikimi i hershëm në gjendjet dhe kushtet të cilat mund ta vështirësojnë lindjen si dhe madhësinë dhe pozitën e foshnjes.
- Kontrollimi i tensionit të gjakut dhe sigurimi i trajtimit të duhur nëse një gjë e tillë është e nevojshme.
- Sigurimi i ushqimit të mirë. Kjo e zvoglon rrezikun e lindjes së parakohshme i cili është njëri ndër shkaktarët primar të paralizës cerebrale.
- Shmangia e marrjes së ilaçeve të panevojshme.
- Caktimi lokacionit të lindjes në vendin sa më të sigurtë dhe me personelin e trajnuar dhe profesional

KUJDESI NDAJ FËMIJËS PAS LINDJES

- Dhënia e gjirit foshnjes; qumshti i gjirit e mbron foshnjen nga infeksioni;
- Vizitat e rregullta te pediatri me qëllim që të kontrollohet ushqyeshmëria, rritja dhe zhvillimi i përgjithshëm i foshnjes. Çdo vonesë eventuale rëndom mund të zbulohet heret dhe të sanohet duke ofruar ndihmë;
- Duhet të siguroheni se foshnja juaj është e imunizuar kundër difterisë, kollës së mirë, tetanusit, poliomielitit, fruthit dhe tuberkulozit sipas protokollit.

KUJDESI NDAJ FËMIJËS SË SËMURË

Nëse fëmija ka temperaturë:

- Përpiquni ta mbani të ftohtë. Hiqjani rrobat
- lajani trupin me ujë të ftohtë
- jepni sasi të mëdha të lëngjeve
- dërgojeni në ambulancë

Nëse foshnja ka temperaturë të lartë, qafën e ka të shtanguar, njollën e butë në majë të kokës të fryer, nëse është e përgjumur, mund të vjellë dhe ta humbë vetëdijen. Në këtë rast MENJËHERË dërgojeni te mjeku sepse këto janë shenjat e meningjtit.

Nëse foshnja ka diare, vazdoni ta ushqeni me gji ose me ushqim tjetër. Jepni një gotë ujë ose lëngje kundër dehidrimit sa herë që foshnja të ketë jashtëqitje të ujshme (diarre). Dërgojeni te mjeku nëse edhe pas dy ditësh gjendja e tij nuk përmirësohet.

6. – ZHVILLIMI I FËMIJËS-

1. zhvillimi i përgjithshëm motorik
2. zhvillimi i lëvizjeve të vogla dhe delikate
3. zhvillimi i të folurit
4. zhvillimi social

MOSHA	Zhvillimi i pergjithshem motorik	Zhvillimi i motorikes fine (levizjeve delikate)
	Ngritja e kokes gjate qendrimit permby	Sjellja e dores tek goja
2 M		Ndjek me sy
	Ulet me ndihme dhe kontrollon koken	Sjell duart bashke
4 M	Shikon perreth	Mban objekte ne duar
	Kontrolle te plote te kokes	Çon gishterinjte e kembes tek goja
6 M	Shtrihet barkas duke u mbajtur mbi duar	Kap objekte
	Qendron i ulur vete	Kalon objektet nga njera dore te tjetra
	Zhagitet barkaz	Dergon objektet tek goja
8 M	Rrotullohet nga pozita barkaz	
	Ec kamba dores	Kap objektet midis gishtit te madh dhe gishterinjve tjere
	Qendron ne kembe duke u mbajtur	
10 M	Ngritet dhe ulet	
12 M	Ec me ndihme	Sjell dy objekte bashke
14 M	Qendron vete ne kembe (per nje çast)	
	Ec vetë	
16 M	Mund te ngritet ne kembe pa ndihmen e te tjereve	
18 M	Vrapon	Hedh topn
24 M	Ec praptazi	Shkarravit me laps
3 V	Kercen ne dy kembe	
4 V	Qendron ne nje kembe	Kopjon rrathe
5 V	Kercen ne nje kembe	Vizaton

MOSHA	TE FOLURIT	SOCIAL
	Leshon zera	Shikon ne fytyra
2 M	Ndjek zerat	
	Qesh	U qesh njerezve
4 M		
6 M		Tregon interesim per gjerat rreth tij/saj
8 M		
	Perserit zerat	Luan lojen pep-bo
		Ka frige nga te huajt
10 M		
12 M		
14 M	Thot “mami” per nenen	Jep lojerat kur dikush i kerkon ato
		Ndjek urdherat e thjeshta
16 M		Pin nga gota
18 M	Thote 3 fjale	
24 M	Tregon me gisht ne vizatim	
	Thote 10 fjale	
3 V	Di emra	Ndihmon ne veshje
4 V		
5 V	Njeh ngjyrrerat	Veshet vete

MOS HARRONI

Zhvillimi i fëmijës është i gjithanshëm. Fëmija luan në dysheme me ndonjë shok. Ai apo ajo mund ta marr bastunin e bambusit dhe t'i thotë shokut që ta marrë edhe ai.

[Fig fq. 11 libri i Handicap international mbi paralizën cerebrale](#)

Shkruajeni sferën e zhvillimit për çdo vizatim të paraqitur më poshtë.	
Rri ulur	E merrë bastunin e bambusit
Luan me shokun	I flet disa fjalë

Gjithmonë duhet ta keni parasyshë se të gjitha këto sfera janë të lidhura ngushtë njëra me tjetrën gjatë zhvillimit të fëmijës

ZHVILLIMI ËSHTË I PËRGJITHSHËM

TË MËSUARIT E PRINDËRVE PËR:

- A. KOMUNIKIMIN E MIRË
- B. MANOVRIMIN
- C. PARANDALIMIN E DEFORMITETEVE
- D. AKTIVITETET DITORE
- E. SHFRYTËZIMIN E DUARVE DHE PËR LOJËN

A. KOMUNIKIMI

Ç'është komunikimi?

Komunikimi është mënyra me të cilën i kuptojmë mesazhet dhe kumtet e njerëzve tjerë dhe mënyra me të cilën ua shprehim mendimet, nevojat dhe ndjenjat tona.

Fëmijët të cilët e kanë të zhvilluar shqisën e dëgjimit, përgjithësisht komunikojnë përmes fjalëve të folura.

Mënyra tjera komunikimi përfshijnë:

- zërin – vajin, rënkimin, qeshjen
- lëvizjet e trupit, për shembull, pohimin me kokë
- shprehjet e fytyrës siç janë buzëqeshja, mrrrolja
- gjestet si p.sh. përsëritja me dorë, me kokë
- tregimi me sy ose gisht
- shkruarja dhe vizatimi

Komunikimi dhe paraliza cerebrale

Shumica e fëmijëve me paralizë cerebrale e kanë aftësinë e dëgjimit, kështu që i dëgjojnë fjalët që ua thuani dhe me kohë fillojnë të përdorin edhe vet fjalët. Dëgjimi dhe kuptimi fillojnë para të folurit.

Fëmijët që me vështirësi i kontrollojnë lëvizjet e kokës, të fytyrës, gojës dhe gjuhës kanë vështirësi t' i theksojnë dhe artikulojnë fjalët qartë. Nëse njerëzit e tjerë nuk e kuptojnë kur fëmija përpjetet të flasë ai mund të iritohet dhe t'i ndërpresë përpjekjet.

Është shumë me rëndësi që fëmija të inkurajohet dhe nxitet të flasë me të tjerët në çdo formë të mundur. Bërxani me dije mësimdhënësit se duhet të merret me të gjitha mënyrat e komunikimit të tij.

Parimet e trajnimit

Vendosnie fëmijën në pozitën e cila ia relakson trupin. Qëndrimi ulur është pozitë e e përshtatshme e cila i ndihmon atij apo asaj për të folur.

Ndihmoni fëmijës të qëndrojë drejt dhe ta mbajë kokën në pozitë vertikale dhe të drejtë në mënyrë që të koncentrohet për të shikuar, vështruar dhe dëgjuar.

Inkurajojeni që t'i marrë ushqimin dhe pijet nga pozita e përshtatshme dhe kjo është ndihmë dhe përgatitje për të folur. (shikoni faqen 7, 52, 59 dhe 66).

Qëndroni përballë fëmijës. Folni me te duke e shikuar në sy në mënyrë që të ju shoh dhe të mbajë kokën e vet përpara. Tërhiqjani vëmendjen.

Kur flisni me fëmijën përdorni fjalë të thjeshta ose fjali të shkurtëra. Përdorni gjestet së bashku me fjalët me qëllim që ta ndihmoni të kuptojë sa më shumë nga ajo që thuani.

Jepni kohë që të përgjigjet dhe të reagojë.

Pranoni të gjitha metodat e komunikimit të cilat i përdor fëmija dhe çmojani përpjekjet e e tij apo të saj në mënyrë që ai apo ajo të përpjetet edhe më tutje.

Inkurajojeni familjen t'i japë mundësi fëmijës që të komunikojë. Jepjani atij apo asaj alternativat a “dëshiron ujë apo lëng?” Jepni kohë që të mund të tregojë, kuptojë ose të mundohet të përgjigjet.

Jepni fëmijës rast, mjete dhe mënyra që t'jua tërheq vëmendjen. Nëse nuk mund të ju thërrasë jepjani një zile apo një rraketake që ta lëkundë.

Shfrytëzoni metoda alternative të komunikimit nëse ai apo ajo e ka vështirë të flasë edhe pas disa muaj trajnimi. (shih në faqe 26).

Propozime për trajnim

Faza I

[Fig. Fq. 24 libri “paraliza cerebrale”](#)

Fëmija fillon të shfaqë interesim për ambientin dhe gjithë çka e rrethon mirëpo nuk i kupton fjalët. Ai apo ajo mëson se mund ta kapë atë çka bëjnë njerëzit tjerë. Për shembull kur do të vijë dikush ai apo ajo qan. Ai apo ajo komunikon përmes shprehjeve të fytyrës dhe zërave.

Thirreni në emër. Kur të ju shikojë shpërblejeni me buzëqeshje ose me fjalë. Përdorni mjaft shprehjet e fytyrës.

Fig. Ana. Tung! Coooaah
Cooo aah

Kur e lëshon ndonjë zë kopjojeni dhe pastaj shfrytëzojeni gjatë të folurit.

Tregojani atij apo asaj kush janë zërat dhe zhurma e përditshme dhe çka nënkuptojnë ato. Për shembull, zhurma e hapave nënkupton se dikush po vjen, se rrapëllima apo trokëllima e tenxhereve e nënkupton kohën e ushqimit.

Fig. Dëgjo. Po vjen nëna.

Faza II

[Fig. Fq. 24 Paraliza cerebrale](#)

Megjithëse fëmija nuk i përdor fjalët vet, ai i kupton dhe i kopjon disa fjalë që të tjerët i thonë. Gjithashtu i kupton gjestet. Ai apo ajo komunikon përmes shfrytëzimit të gjesteve të veta si dhe një numër të zërave dhe zhurmave të cilat janë të ngjashme me fjalët.

Lereni të luajë me objektet e përditshme të cilat prodhojnë tinguj të ndryshëm. Lereni të ju shikojë duke punuar. Tregojini se çka jeni duke bërë. Këndoni këngë fëmijës. Atij apo asaj do t'i pëlqejë ritmi.

Nga fëmija duhet të kërkonte të bëjë gjëra të thjeshta. Kur i flisni përdorni gjestet. Për shembull, “ama dorën”, “bërja me dorë pa-pa” ose “mbaje topin”. Priteni atë që të lëvizë.

Fig. Ma jep dorën
Po! Ja ku është topi yt

Ba

Përpiquni të kuptoni se çka mendon ai ose ajo kur i shfrytëzon tingujt. Ndhmoni që t'i shfrytëzojë ata si fjalë. Nëse thotë "Ba" kur luan me top, thuani "po, ja ku është topi yt".

Në këtë fazë mos u përpiqni ta korrigjoni mënyrën se si ai apo ajo i thotë gjërat.

Faza III

Fig. Fq. 25 Paraliza cerebrale

Fëmija i thotë disa fjalë të veçuara. Ai apo ajo përdor zëra dhe gjeste të veçanta të cilat kanë kuptim.

Ndërtojeni një kullë. Tregoni atij apo asaj se si mund ta prishë atë. Ndërtojeni përsëri. Mësojeni të ju presë derisa t'i thoni "tash" para se ta prishë atë përsëri.

Gjatë larjes dhe veshjes theksojani me fjalë pjesët e trupit të tij dhe rrobat. Luajeni lojën e "tregom ku e ke hundën", "tregom ku e ke këmbën".

Jepni atij apo asaj gjëra të ndryshme për të luajtur dhe ushqime për të ngrënë. Tregojani dhe shpjegojani atij apo asaj zgjidhjet, por të shpërndara, në mënyrë që t'i shohë sa më mirë. Pyeteni "a dëshiron ujë apo qumësht?", "e do kukullën apo topin?" konstatojeni se si e shprehë këtë, përmes fjalëve, tingujve, zhurmave, me gisht apo me shikim me sy.

Faza IV

Fig. Fq. 25 Paraliza cerebrale

Për të dhënë informata ose për të parashtruar e pyetje fëmija përdor fjali prej dy ose tri fjalëve të thjeshta.

Tregoni fëmijës tregime dhe parashtroni pyetje lidhur me to. Gjatë lojërave dhe në situatat e përditshme përdorni fjalët që ai i di. Nxiteni që të dretojë gishtin nga fotografia dhe t'i emërtojë njerëzit dhe gjërat. Përgjigjuni pyetjeve të tij apo të saj.

Fig. Një ditë gjyshja shkoi në treg...

Ndhmoni që t'i bashkojë dy fjalë. Gjatë lojërave dhe në situatat e përditshme përdorni fjalët që ai apo ajo i di. Për shembull "rradha ime", "tung Maria", "më shumë oriz", "veshe këmishën".

Trtegojini se ku janë njerëzit dhe gjësendet. "Jam pranë teje", "topi është në tavolinë"

Fig. Jam pranë teje".

Dëgjojeni kur të ju tregojë se çka është duke bërë. Fjalët që i përdor fëmija ende mund të mos jenë aq të qarta për ata që nuk e njohin mirë atë.

Në këtë fazë, fëmijët fillojnë të ndjehen të irrituar nëse nuk kuptohen nga të tjerët.

Nëse fëmija për disa muaj përpiqet të thotë fjalë të reja por nuk mund arrin ta bëjë atë, atëherë provoni ndonjë metodë tjetër të komunikimit.

Mënyrat alternative të komunikimit

Nëse fëmija ka vështirësi në të mësuarit e të folurit, inkurajojeni të përdorë mënyra tjera për komunikimin e mendimeve, nevojave dhe ndjenjave të tij apo të saj. Konstatohen nëse fëmija ka filluar të përdorë mënyra tjera të komunikimit siç është të treguarit e gjërave me gisht ose me sy apo shfrytëzimi i lëvizjeve të kohës dhe duarve për të thënë dhe shprehur ide dhe mendime.

Bindeni se familja e shpërblen dhe e çmon fëmijën për të gjitha mënyrat me të cilat ai apo ajo përpiqet të komunikojë. Me përparimin e tij apo të saj për të bërë gjëra të kuptueshme, fëmija do të shfaqë dëshirë për të komunikuar më tepër e bile ndoshta mund të fillojë të përdorë edhe fjalë.

Parashtrimi i pyetjeve: Nëse jeni të sigurtë se fëmija ju kupton, përpiquni ta ndihmoni ta zhvillojë një sinjal të qëndrueshëm për fjalët “po” dhe “jo”. Nëse fëmija ka vështirësi për të mësuar të flasë, inkurajojeni të përdorë zë ose lëvizje për “po” apo ndonjë tingull ose lëvizje tjetër për “jo”. Për shembull ai apo ajo mund t’i lëvizë sytë për fjalën “po” dhe ta ngrejë dorën për fjalën “jo”.

Nëse ai apo ajo mund të komunikojë vazhdimisht me “po” ose “jo” atëherë mund të zhvillojë metoda alternative të komunikimit. Zbulojeni se çka dëshiron të bëjë ose të ketë duke ia parashtruar pyetjen “a dëshiron pije” përmes mënyrës së përgjigjes së tij apo të saj të fjalëve “po” dhe “jo”.

Tabelë ilustrimesh:

nëse fëmija nuk mund t’i përdorë mirë duart për gjuhën e shenjave për “po” dhe “jo”, përpiquni që me tabelë të ilustrimeve dhe fotografive. Tuboni fotografi nga gazetat apo kalendarët që i paraqesin se çka bëjnë fëmijet dhe familja e tyre. Ngjitni disa fotografi të dobishme një një copë kartoni ose dërrase. Nëse fëmija përdor më shumë fotografi krijoni prej tyre një libër.

Shembuj fotografish.

[Faqe. 26 Paraliza cerebrale](#)

Tregimi i fotografive

Vendoseni fëmijën në pozitën e relaksuar dhe që të mund të jetë i koncentruar për ta dëgjuar tregimin. Binduni se ai apo ajo të mund të shohë fotografitë. Shpjegojani fëmijës fotografitë. Nga ai apo ajo kërkoni që të tregojë me gisht çka dëshiron të ketë ose bëjë. Jepjani atë të cilën ai e tregon në fotografi.

Zgjidhja e problemeve

Nëse fëmija është në gjendje ta lëvizë dorën ose ta prekë fotografinë por nuk mund ta hapë dorën atëherë lejojani që ta përdorë grushtin e tij për të treguar. Binduni se fotografitë janë mirë të radhituara në dërrasë.

Nëse fëmija nuk mund t'i arrijë fotografitë sepse e ka të thyer bërylin, atëherë përdorni longetat përkatësisht gështallat që mbajë dorën drejt (shih fig. në faqe 43).

Nëse fëmija nuk mund ta përdorë krahun ose dorën për të treguar, atëherë tregoni se si bëhet kjo në fotografi. Inkurajojeni që të përdorë ndonjë tingull apo lëvizje kur jeni duke ia treguar ndonjë fotografi për diçka që aia po ajo dëshiron ose shikojen se a mund të tregojë me sy duke shikuar në fotografi për të treguar se çka dëshiron.

[Fig. Fq. 27 Paraliza cerebrale](#)

Banane apo mollë? Aah.

Gjuha e shenjave: Disa fëmijë me paralizë cerebrale mund të kenë kontrollin e mjaftueshëm të lëvizjes së duarve të tyre për të shfrytëzuar gjuhën e shenjave. Nëse ekzistojnë shenja të caktuara të cilat në vendin tuaj i përdorin personat me pengesa në dëgjim ose në të folur, atëherë lëreni fëmijën që t'i përdorë ato.

Fëmija që ka vështirësi në lëvizjen e duarve mund t'i krijojë shenjat e veta. Duhet krijuar mundësi që secili që e njih fëmijën e tillë t'i kuptojë shenjat e tij apo të saj.

B. TRAJTIMI I MIRË

Ngritja dhe bartja

[Fig fq. 29 libri Paraliza cerebrale](#)

Ngritja

Për të lehtësuar ngritjen e fëmijës dhe për t'i evituar pozitat jo të rregullta:

- rrotullojeni fëmijën në njërën anë dhe mbajani kokën
- mblihdhjeni atij apo asaj këmbët
- ngriteni që të jetë afër trupit tuaj
- lëshojeni poshtë në të njëjtën mënyrë.

[Fig fq. 29 libri Paraliza cerebrale](#)

Bartja

Barteni në mënyrën e cila korrigjon pozitat e parregullta dhenë mënyrë që dy duart e e tij apo të saj të jenë gjithënjë përpara. Pozita sa më vertikalee trupit e ndihmon fëmijën që ta mbajë kokën lart dhe të shohë përreth.

Fig. Fq. 29 Paraliza cerebrale

Të gjithë fëmijët e vegjël duhet të barten në këtë mënyrë

Fig. Pozita e mirë për të drejtuar fëmijën spastik.

Fig. Pozita e mirë e bartjes së fëmijës spastik i cili i ka këmbët e kryqëzuara ose të fëmijës së plogësht.

Fig. Pozita e mirë e bartjes së fëmijës spastik që i ka këmbët e kryqëzuara ose të fëmijës atetoid

Këtë bartje shfrytëzojeni për distanca të vogla.

Në këtë pozitë mund ta rrotulloni fëmijën nga njëra anë në tjetrën.

Fig. Fëmijën mund ta bartni në shpinë. Nëse ai apo ajo ka nevojë për t'u mbështetur apo e ka kokën të plogësht atëherë barteni atë anash.

Trajtimi (manovrimi)

Trajtimi (manovrimi) është mënyra e mbështetjes dhe e bartjes së fëmijës në mënyrë që lëvizjet e tij apo të saj të jenë sa më normale.

Manovrimi i mirë e relakson fëmijën e shtanguar. Ai ndihmon fëmijës së plogësht ose atetoid. Manovrimi u mundëson fëmijëve atetoidë dhe atyre ataksikë që t'i kontrollojnë më mirë lëvizjet e tyre.

Manovrimi i mirë është thelbi i të gjitha efekteve trajnuese.

Kjo lehtëson bartjen e fëmijës suaj.

Mbajtja dhe lëvizja përkatësisht manovrimi i kokës

Mbajtja e kokës për të shmangur

Shtyerjen prapa të kokës

Shtyerjen para të kokës

Rënie prapa të kokës

Mbajtja e kokës për të inkurajuar

Fig. Fq. 30 Paraliza cerebrale

Fig. ngrite kokën

truseni në supe dhe shtyjeni kokën e saj para

Fig. a mund ta shohësh mamin?

Vërja përpara të dy duart !

Truseni në kraharor me qëllim që koka t'i anojë përpara

Lakojani kërdhokullat me gjurin tuaj

Fig. Ulu

Mbajani supet dhe ngriteni ngadalë.
Duke e ngritur kthejeni në njëren anë
Kjo do t'ia ndihmojë ngritjen e kokës te para

Mbajtja dhe manovrimi me trupin

Fig. Fq. 31 Paraliza cerebrale

Mbajtja dhe manovrimi me qëllim që të shmanget:

Qëndrimi ulur i fëmijës së plogësht
Atëherë kur qëndron ulur dhe i pambështetur lëvizjet e duarve dhe këmbëve të fëmijës atetoid mund të jenë të pakontrolluara. trupi i tij mund të lakohet prapa.

Mbajtja dhe manovrimi për ta inkurajuar

Relaksim e fëmijës spastik:
Rrotullojani trupin nga njëra anë në tjetrën
Rrotullimi mund të bëhet edhe në pozitën kur është i shtrirë
Fëmijës më të rritur drejtojani gjurin duke ia vënë këmbën tuaj mbi këmbën e tij

Fig. Po topi yt. Bau.

Për drejtimin e shpinës:

Mbajeni përreth kërdhokullave
Truseni te poshtë

Nëse është shumë i plogësht mbështetjani kraharoirin me njëren dorë
truseni në pjesën e poshtme të shpinës me dorën tjetër

Fig. Qëndro akoma ulur

Për ta përkrahur në qëndrimin ulur:

-mbajeni rreth supeve

-trusjani supet te poshtë dhe përbrenda për t'i çuar ato para

Nëse e ka qëndrimin e rregullt përkatësisht të qëndrueshëm atëherë më lehtë mund të shikojë dhe dëgjojë.

Mbajtja dhe manovrimi i krahëve dhe duarve

[Fig. Fq. 32 Paraliza cerebrale](#)

Mbajtja dhe manovrimi për të shmangur:

Krahët e fëmijës spastik mund të jenë të lakuar dhe të tërhequr prapa. Duart mund të jenë të mbyllura.

Nëse muskujt e saj janë spastik, asnjëherë mos tërhiqni majat e gishtërinjve dhe të gishtit të madh të dorës nga jashtë. Kjo gjë do të bëjë dorën të mbyllet edhe më tepër.

Të ndihmojë atë të mbajë gjërat

Mbajtja (manovrimi) për të inkurajuar

Drejtimin e krahëve të saj:

- mbajeni përreth bërylin e saj
- Ktheni nga jashtë krahët përderisa jeni duke i sjellë para

Nëse lakimi i krahëve është i vështirë :

- mbajeni atë rreth bërrylave
- ktheni krahët brenda

Për të hapur dorën e saj:

Së pari drejtoni krahun e saj

Mbajeni dorën në mënyrë që gishti i madh të jetë larg nga shuplaka

Lakojeni prapa kyçin e saj të dorës përderisa jeni duke e hapur me kujdes (butësi) dorën.

Për të mbështetur duart e saja:

- drejtoni krahët e saja si më lart
- lakoni prapa njërin kyç të dorës përderisa jeni duke hapur me kujdes dorën
- vendoseni pëllëmbën në pozitë drejt në tokë
- njëjtë veproni edhe me dorën tjetër

Ide të tjera për të hapur dorën

Lëkundni (tundni) dorën e saj në mënyrë ritmike përderisa mmështesni supin dhe bërylin. Përkëdhelni shpinën e dorës në pjenën anësore të gishtit të vogël të saj. Kur dora është e hapur, fërkoni pëllëmbën e saj me materiale të ndryshme si me materiale të leshta, pambuku dhe lëkurë dashi. Ajo do të mësohet nga prekjet e gjërave të ndryshme.

Manovrimi me këmbët

[Fig. Fq. 33 Paraliza cerebrale](#)

Manovrimi për të shmangur

Fëmiu i plogësht mund të qëndrojë shtrirë me këmbë të veçuara (mënjanë)

Trupi i fëmiut do të jetë dhe këmbët e tij do të ngjeshen ose do të kryqëzohen kur është i shtrirë në shpinë.

Nëse muskujt janë spastikë, asnjëherë mos i largoni ato.
Kjo do të bëjë këmbët të ngjeshen edhe më tepër.

Ai mund të qëndrojë në pjesën e brendshme të shputave me gjunjët sëbashku.

Manovrimi për të inkurajuar

Për t'i sjellë ato sëbashku shih faqen 35.

Fig. Lakoji gjunjë

Për të ndarë këmbët e tij:

Vëni diçka nën kokën dhe supet e tij për t'i mbajtura ato para.

Mbani gjunjët e tij

Ktheni (lakoni) këmbët e tij lart

Me lakimin e kërdhokullave këmbët do të ndahen (veçohen).

Pastaj:

Mbajeni atë rreth gjunjve.

Mbani ndaras këmbët e tij gjatë drejtimit të tyre. kjo mund t'u ndihmojë shputave të tij të lakohen lart më lehtë.

Fig. T'i qëndron drejt.

Për të qëndruar me shputat drejt

Mbajeni rreth gjunjve

Ktheni nga jashtë të dy gjunjë

Mbajtja me dy duar e një shkopido t'i japë atij më shumë kontrollë gjatë qëndrimit në këmbë.

C. PARANDALIMI I DEFORMITETEVE

Pozitat e mira

Pozita e mirë e fëmiut të bëjë sa më shumë për veten e tij në mënyrë sa më normale. Lejoni atij të lëvizë më shumë se sa ta fiksoni plotësisht atë me pajisje. Përkrahja shumë e madhe nuk i lejon atij të mësojë të lëvizë. Ndërroni rregullisht pozitën e tij.

Vendosja në pozitë shtrirë

Fig. Fq. 35 Paraliza cerebrale

Zgjedhni pozitën e cila korrigjon (rregullon) sa më mirë fëmiun tuaj:

Vendosja në pozitë përpara.

-Vendoseni atë në një rrollnë (palë), copëtrekëndëshe ose jastëk

- Kjo mban krahët e tij para dhe e ndihmon atë të çojë kohën

Mbani sëbashku këmbët e plogështa me jastëkë ose me thasë me rërë

Mbani të veçuara me një palë këmbët e shtangura.

Drejtoni kërdhokullat e lakuara me dy thasë rëre të lidhura me një rrip (brez të ngushtë) material.

Shtrirja anash

Mbani dy krahët para për t'i sjellë së bashku duart.

Lakoni një kërdhokull dhe gju. Kjo pengon ngjeshjen e këmbëve dhe relakson trupin e tij.

Shtrirja në shpinë

Sjellni kokën dhe supet e tij para

Lakoni kërdhokullat dhe gjunjët e tij. Kjo parandalon trupin e tij të shtanget dhe drejtohet.

D. – AKTIVITETET DITORE

Të ushqyerit – higjiena personale – të veshurit – tualeti

Këto janë aktivitetet të cilat i mundësojnë personit të jetë i pavarur. Fëmijët autonominë e arrijnë rreth moshës tre vjeç.

Fëmijët me paralizë cerebrale kanë nevojë për më shumë trajnim dhe durim për të arritur këtë, atyre ju duhet më tepër kohë të arrijnë atë.

Për prindërit dhe kujdestarët kjo paraqet një punë të vështirë dhe që kërkon shumë kohë por e vetmja mënyrë për të trajnuar fëmijët në aktivitetet e tilla është motivimi i tyre dhe dhënia e kohës së mjaftueshme për të bërë ato.

Mbrojtja e tepëruar dhe bërja e çdo gjëje për ta pengon zhvillimin e aftësive dhe intereseve të tyre.

Arritja e autonomisë në aktivitetet ditore përgatit fëmijët të shkojnë në shkollë dhe zhvillojnë aftësitë e tyre në maksimum.

Kujdesi për veten: **Të ushqyerit dhe pirja**

Fëmiu mund të ushqehet ose të pijë në prehërin tuaj apo në karrige. Nëse ai/ajo ka nevojë për mbështetje gjatë qëndrimit ulur si dhe ndihmë për përlypje dhe gëlltitje, më lehtë do të ishte ta ushqeni në karrige. Sjellni kokën dhe krahët përpara. Gjithmonë ushqimin dhe lëngjet ia ofroni drejt nga përpara në mënyrë që ajo të mund të mbajë kokën para.

Gjatë ushqimit: [Fig. Fq. 59 Paraliza cerebrale](#)

-përdorni lugën për ushqime të buta
- kur përdorni lugë, vëni ushqimin në mes të gjuhës
-përdorni lugë të cekte e cila nuk thehet lehtë.

- për të ndihmuar atë të përlypjet jepni pjesë të vogla të ushqimit të fortë
- vëjeni ushqimin në pjesën anësore të gojës së saj dhe midis dhëmbëve
- nëse ajo ka nevojë të mbajë gojën mbyllur gjatë përlypjes, ushtroni presion të fuqishëm në nofullën e saj ashtu siç është paraqitur në figurat e mëposhtme.
Fig. karrige e bërë nga plastika dhe e mbushur.

Kur pin

-nëse ajo ka nevojë të mbajë gojën mbyllur, ushtroni presion të fuqishëm në nofullën e saj ashtu siç është paraqitur në figurën e mëposhtme.
- Kjo do t'i ndihmojë gjithashtu edhe gëlltitjes
-preni një pjesë të gotës ashtu që ajo të mund të përshtatet rreth hundës së saj – në këtë mënyrë ajo nuk do të duhet të anojë kokën mbrapa gjatë pirjes.

Kontrolloni nofullën nëse ajo qëndron përballë jush.
Kontrolloni nofullën nëse ju qëndroni ulur prapa saj.

Pengoni daljen jashtë të gjuhës përmes shtypjes së fuqishme të saj me lugë gjatë ushqimit të saj.
Mos anoni (shtyni) prapa kokën e saj.

Kujdesi për veten: **Të ushqyerit dhe pirja**
[Fig. Fq. 66 Paraliza cerebrale](#)

Zvogëloni përkrahjen gjatë të ushqyerit dhe pirjes, mirëpo ruani pozitën e mirë të qëndrimit ulur. Mësoni fëmiun të ushqehet dhe të mbajë gotën vetë. Ai edhe më tej mund të ketë nevojë të mbajë nofullën e tij mbyllur. Gjithmonë ofroni ushqim dhe pije nga përpara në mënyrë që ai të mbajë kokën e tij drejt.

Kur merr ushqim:
Eja përpara.

Ndihmoni atij të mbajë të dy krahët para me dy duart rrafsh në tavolinë gjatë ushqimit. Shputat e tij gjatë ushqimit duhet të qëndrojnë rrafsh në dysheme.

Ndihmoni të mbajë lugën përmes përkuljes prapa të kyçit të dorës.

Ndihmoni të mbajë para krahun tjetër me dorën e tij drejt (rrafsh) në tavolinë.
Përdorni lugë të cektë e cila nuk thyhet lehtë.

Kur pin:

Fig. Ja ku e ke pijen

Mbani duart e tij para

Ai mban gotën me dy duart e tija dhe mbështetet në bërylat e tija.

Nëse fëmiu është shumë i plogësht dhe tenton të bjerë përpara, përdorni tavolinë më të lartë për të mbështetur atë në pozitë sa më të drejtë (sa më vertikale).

Kujdesi për veten: **Larja**

Fig. Fq. 67 [Paraliza cerebrale](#)

Mësoni fëmiun të fillojë të lahet vetë. Zgjedhni pozitën të cilat do ta inkurajojnë atë të praktikojë uljen dhe ngritjen (qëndrimin në këmbë). Ajo mund të mësojë të lahet më lehtë kur qëndron ulur meqenëse kjo është një pozitë më stabile.

Fig. Zgjatë. Që të mundem të të laj

Pozitat e këtilla shfrytëzohen për të shtrirë këmbët e saja.

Nëse ajo nuk mund të shtrijë gjunjët e saj ajo duhet të ulet në stol ose në karrige të ulët.

Ajo mëson të qëndrojë në këmbë, të lahet në këtë pozitë.

Kujdesi për veten: **Veshja**

Fig. Fq. 61 [Paraliza cerebrale](#)

Zgjedhni pozitë të mirë për të veshur fëmiun.

Ajo mëson të qëndrojë ulur, të vishet në këtë pozitë.

Fig. ku është krahu yt?

-uleni atë afër vetes tuaj dhe lakoni trupin e saj përpara.

-Shpina e saj duhet të qëndrojë drejt.

Fig. drejtoji duart. Vishe këmbët.

- nëse ajo nuk mund të drejtojë shpinën ose të mbajë këmbët drejt mundohuni të uleni përballë saj.

Fig. Këmbët lart.

Sa më shumë të përmirësohet barazpesha e saj aq më pak mbështeteni (ndihmojeni) atë.

Nëse ajo mëson të qëndrojë në këmbë, visheni në këtë mënyrë.

Fig. Qëndro drejt. Veshi pantallonat.

Gjithmonë vendosni teshat në vendet ku ajo mund t'i shohë ato.

Tregoni çka jeni duke bërë dhe çka dëshironi ajo të bëjë në mënyrë që të mësojë këtë.

Së pari veshni pjesën më të prekur dhe zhveshni të fundit atë.

Kujdesi për veten: **Veshja**

Fig. Fq. 68 [Paraliza cerebrale](#)

Mësoni fëmijun të ndihmojë gjatë veshjes. Inkurajoni atë të ngrëjë duart dhe këmbët ose të veshë ose zhveshë robat.

Zgjidhni pozitat të cilat inkurajojnë atë të praktikojë qëndrimin ulur, gjuhëzimin dhe qëndrimin në këmbë.

Fig. veshe këmishën.

Veshi pantallonat.

Fute dorën nëpër mëngë.

Bravo!

Së pari veshni pjesën më të prekur dhe zhveshni të fundit atë.

Kujdesi për veten: **Tualeti**

Mos filloni trajnimin e tualetit derisa fëmiju të mos mbushë 18 muaj.

Para se të filloni trajnimin e tualetit të fëmijut është e rëndësishme që ju të filloni të vini re kur ajo kryen nevojën e vogël dhe të madhe gjatë ditës. Mbani shënime për këtë për disa ditë me radhë.

Kur keni zgjidhur (stërvitur) rutinën atëherë ju mund ta ulni atë në oturak çdo ditë në po të njëjtën kohë. Nëse ajo urinon ose bën nevojën e madhe në oturak lëvdojeni për këtë gjë. Nëse jo mos e qortoni por as mos e lëvdoni. kjo do t'i tregojë asaj se ju dëshironi që ajo të bëjë urinën dhe nevojën e madhe në oturak.

Ju nuk duhet ta leni atë të qëndrojë më shumë se 10 minuta në oturak. Në fillim ndoshta do të duhet të qëndroni me të. Shpjegojini asaj se çka dëshironi ajo të bëjë.

Përfundimisht ajo do të fillojë të tregojë në një mënyrë kur dëshiron të shkojë në tualet. Ajo ende do të ketë nevojë për ndihmë gjatë veshjes dhe larjes. Ajo mund të ketë nevojë në barazpeshë. Ajo mund të ketë nevojë për karrige speciale në mënyrë që të qëndrojë në pozitë të mirë.

Disa fëmijë mund të mos mësojnë të përdorin oturakun.

Së pari mbajeni atë midis dy këmbëve tuaja.

Fig. Fq. 69 [Paraliza cerebrale](#)

Me përmirësimin e barazpeshës së saj në qëndrimin ulur, zvogëloni ndihmën e ofruar.

Vëjeni oturakun në kuti ose në stol. Ajo mund të mbahet në një shkopi.

Inkurajoni atë të çohet nga qëndrimi galiç mbi oturak.

Kujdesi për veten: Të ushqyerit dhe piria

Nëse fëmiu ka mësuar të ushqehet vetë, ai/ajo mund të ketë nevojë të kapet për një shufre të lidhur për tavoline e cila do të pengonte atë t'i rrëzohej dora. Ai/ajo duhet të jetë në gjendje të qëndrojë ulur në karrige ose stol.

[Fig. Fq. 72 Paraliza cerebrale](#)

Vënia e një peshqiri ose lecke të lagur nën pjatë do të pengojë atë ta zërë gjumi. Gështallës do të ndihmojë atë të mbajë dorën drejt. Mbajtja e shufrës ndihmon atë të mbajë dorën para.

Fëmiu mund të ketë nevojë të përdorë lugë me bisht të trashë e cila do t'ia lehtësonte mbajtjen e saj.

Përdorni bastun bambuje, gomë ose pëlhurë për të bërë sa më të trashë bishtin e lugës.

Faza e IV: Kujdesi për veten: Larja

[Fig. Fq. 72 Paraliza cerebrale](#)

Nëse ai/ajo ka mësuar të lahet vetë, mund të ketë nevojë të kapet për t'u mbështetur. Ai/ajo do të lahet (pastrohet) në pozitë ulur dhe në këmbë.

Dorashka e sapunosur do të ndihmojë atë të lahet më lehtë. Ajo është si një dorezë e përbërë nga një copë peshqiri.

Kujdesi për veten: Veshja

Nëse ai/ajo ka mësuar të vishet vetë, mund të ketë nevojë të mbahet për gjëra ose të mbështetet për muri. Ai/ajo do të vishet në pozitë shtrirë, ulur ose gjunjësuar. Zbuloni pozitën e cila është më e përshtatshme për të në mënyrë që pjesën më të madhe të të veshurit të mund ta bëjë vetë.

[Fig. Fq. 73 Paraliza cerebrale](#)

Mbështeteni për muri ose vëreni të qëndrojë në kënd
Së pari le të veshë pjesën e prekur ndërsa le ta zhvesh atë në fund.

Faza e IV: kujdesi për veten: Tualeti

Me përmirësimin e barazpeshës në pozitë ulur zvogëloni ndihmën e ofruar. Inkurajoni atë të ndihmojë sa më tepër me zhveshjen dhe veshjen kur shkon në tualet. Nëse ai/ajo mund të transferohet në dhe nga oturaku ose nevojtorja ai/ajo duhet gjithashtu inkurajuar për këtë.

[Fig. Fq. 73 Paraliza cerebrale](#)

Shkopinjte shfrytëzohen për të mbajtur të këmbët larg njëra tjetrës.

Për djemtë më e përshtatshme është një karrige (ndenjëse) me vrimë.

Nëse barazpesha në qëndrimin galiç është e dobët jepni asaj të mbajë një shkop dhe një copë trekëndëse prej druri ose dy tulla për t'u ulur.

Shfrytëzimi i duarve dhe loja

Inkurajoni fëmijun të zgjatë (shtrijë) të dy duart në të gjitha drejtimet si dhe të mbështetet në duart e tij/saj.

Bëjeni këtë në pozita të ndryshme të përshtatshme me qëllim të stërvitjes së qëndrimit ulur dhe mbartjen e peshës përmes duarve dhe gjunjve.

[Fig. Fq. 62 Paraliza cerebrale](#)

Fig. në maje

Mbështjellni një batanije ose peshqir rreth tij/saj për të ndihmuar barazpeshën në qëndrimin ulur dhe për të mbajtur duart e tij/saj para.

Fig. shtyje atë tek unë

Mos e shfrytëzoni këtë pozitë për fëmijët me këmbë shumë të mbledhura. Në vend të kësaj ngriteni në këmbë

Fig. edhe një

Fig. duart drejt. Shtype.

Oh, ah.

Shfrytëzimi i duarve dhe loja

Inkurajoni fëmijun të lëvizë të dy duart së bashku dhe veç e veç. Ai/ajo duhet të mësojë të kap/mbajë lodrat dhe t'i lëshojë ato. Le të luaj në pozitë ulur, në gjunjë ose në këmbë.

[Fig. Fq. 70 Paraliza cerebrale](#)

Fig. Preke gojën tënde.

Goja

Fig. Lëshoje.

Fig. Bëji të vallzojnë

Fig. Rrobat janë tharë, hiqi.

8. - PROBLEMET TË CILAT HASEN TEK SPINA BIFIDA

Shikim shum i dobët

Nëse deri në moshën tre muaj fëmiju nuk ndjek lëvizjen e dritës ose nëse nuk mund të kap gjëra, dërgojeni tek mjeku për kontroll të syve. Shikimi i dobët edhe më tepër ngadalson zhvillimin e lëvizjes dhe të mësuarit.

Inkurajoni atë të shikimin që ka.

Shikoni “KUSH pakoja për trajnim 1 dhe 2”

Sugjerime për trajnim

Ngritja

Ai/ajo mund të trembet ose ngurtësohet nëse nuk ju sheh duke ardhur. Pengoni këtë gjë duke i folur dhe prekur paraprakisht.

- Lëvizja** Lëreni ta ndjejë lëvizjen. Mbajeni në pozitë të mirë dhe lëkundeni ose anoni me qëllim që të risni besimin e tij/saj. Filloni duke e lëvizur ngadalë. Inkurajoni atë të studiojë dyshemenë duke u rrokullisur dhe duke prekur gjithandej gjatë qëndrimit ulur. Inkurajoni atë të mbahet gjatë qëndrimit anash. Kjo kërkon më shumë kohë për t’u mësuar nëse shikimi është i dobët.
- Shfrytëzimi i duarve** Drejtoni (udhëhiqni) duart e fëmiut inkurajoni atë të hulumtojë fytyrën e nënës dhe trupin e vet. Me pjesën e pasme të dorës së saj prekni një lodër. Prisni atë ta gjejë dhe marrë atë.
- Bëni gjërat të duken më lehtë** Sjellni objektin më afër ose afrojeni fëmiun më afër tij. Zgjedhni një lodër më të madhe. Zgjedhni një lodër të ndritshme. Kujdesuni që lodra të lëvizë ngadalë në mënyrë që fëmiu të mund ta ndjekë atë.
- Luani me gjëra të cilat paraqesin kënaqësi t’i prekësh dhe t’u mbash erë.**
- Vështirësitë në të mësuar** ndihmoni fëmiun t’ju kuptojë sa më mirë kur flisni. Prekni fytyrën e tij/saj për t’ia tërhequr vëmendjen . Qëndroni para saj/tij me dritë në fytyrën tuaj. Flisni me zë të lartë dhe të qartë por pa bërtitur. Në të njëjtën kohë përdorni fjalë dhe gjeste. Vendoseni në atë pozitë që të mund të koncentrohet për t’ju dëgjuar.

Shikoni “KUSH pakoja për trajnim 4 dhe 5”

Fëmijët me vështirësi të mëdha

Deformimet më shpesh zhvillohen tek fëmijët te të cilët është i prekur i gjith trupi, të cilët lëvizin shumë pak dhe të cilët gjithashtu kanë vështirësi të tjera, për shembull me të pamurit ose të mësuarit. Deformimi më i shpeshtë është **lëvizja e pandërprerë**.

Kjo ngjan kur:

[Fig. Fq. 76 Paraliza cerebrale](#)

Fëmiu kthen kokën në njërën anë. Nëse koka e fëmiut është e kthyer në anën e djathtë edhe gjunjët e tij do të bien në anën e djathtë. Njëri gju do të dalë pak më para se tjetri meqenëse kërdhokullat janë të rrotulluara.

Qëndrimi ulur

Nëse fëmiju ka barazpeshë të dobët dhe rrëshqet nga karrigeja përpikuni të bllokoni gjunjtë gjë e cila do të korrigjojë kërdhokullat dhe gjunjtë e tij/saj. Fëmiju gjithashtu mund të fitojë kontroll më të mirë të kokës dhe duarve të tij.

Bllokoni gjurin në shtresën e kartonit të ngjitur dhe mbushur me mbulesë (cohë) ose syngjer.

Aplikoni këtë nëse pozita e fëmijut mund të korrigjohet lehtësisht dhe nëse mund të qëndrojë i ulur në mënyrë të përshtatshme

Fëmiju do të ketë nevojë për kuti ku do të mbështeste trupin dhe ku do të mbante lodrat. Gjithashtu mund të shfaqet nevoja për rripat të cilat shërbejnë për mbajtjen e trupit. Në pjesën e pasme të karriges hapni vrima për rripat.

Qëndrimi shtrirë në një anë

Për disa fëmijë qëndrimi në një anë mund të jetë më e përshtatshme. Nëse fëmiju nuk mund të qëndrojë anash, ndihmoni këtë gjë me vendosjen e një dërrase në pjesën e pasme. Nëse këmbët e tij shtypin shumë njëra tjetrën atëherë vëni ndonjë copë druri ose ndonjë kuti të mbështjellur për të majtur këmbët të ndara e me këtë për të parandaluar presionin në pjesën e poshtme të këmbës.

Inkurajoni familjen nëse është e mundur të shtrijë fëmijun në të dyja anët dhe jo vetëm në anën nga fëmiju kthen kokën.

Mënyra më e mirë e parandalimit të deformiteteve ose të ngadalsojë përparimin e tyre është vënia e fëmijut në pozita të ndryshme dhe të përshtatshme gjatë ditës.

BIBLIOGRAPHY

1.-WHO, World Federation of occupational therapist, Rehabilitation WHO.

Promoting development of young children with cerebral Palsy. 1993

2.- David Werner. Disable village children. A guide for community health workers, rehabilitation workers, and families. 1999.

3.-R.Peshawaria, D.K. Merca and coll. Moving forward. Information guide for parents of children with mental retardation.