

Painopeitto, jota olen monta vuotta suositellut valituille pienille ja isommille potilailleni, on yksi keinoista vaikuttaa lihasasentoaistiin (Pacinin kappaleet, jotka sijaitsevat syvällä nahassa, lihaksissa, jänteissä). Sen ansiosta saamme tietoja missä asennossa kehomme osat ovat, mikä on niiden voima, suunta ja liike. Jopa kun emme liiku (esim. unen aikana) gravitaatio vaikuttaa näihin reseptoreihin, jotka meidän tiedostamatta sitä välittävät aivoihin asentoa koskevat tiedot (proprioseptio). Tämä järjestelmä auttaa myös tasapainoittamaan muiden sensoristen järjestelmien yliherkkyyttä tai herkistää niitä. Turvallisuudentunteen ansiosta, jonka antaa oman kehon sääntely tämä kaikki vahvistaa emotionaalisen stabiilisuuden. Lapset joiden kohdalla suosittelen painopeiton käyttöä käyttäytyvät jokin ajan kuluttua vähemmän emotionaalisesti, ovat tasapainoisempia, paremmin selviytyvät stressitilanteista, heidän unensa laatu paranee.

On kuitenkin huomioitava, että sen välineen tehokkuus riippuu siitä, onko se oikein sovitettu ja miten se oli otettu käyttöön. Sen takia suosittelen, että painopeitto käytetään vasta konsultoinnin lasta ja sen perhettä hoitavan terapeutin kanssa jälkeen.

Beata Andrukiewicz-Karaś
sensorisen integraation terapeutti
PSTiS nro 459
Beata Andrukiewicz-Karaś

Vahvistan, että yllä oleva käännös on sisällöltään yhtäpitävä minulle esitetyn asiakirjan jäljennöksen kanssa

*Monika Lamęcka-Pasławska, suomen kielen auktorisoitu kääntäjä TP/632/05
Poznanissa, 10 helmikuuta 2019, nro 23/19, 1 sivu*

