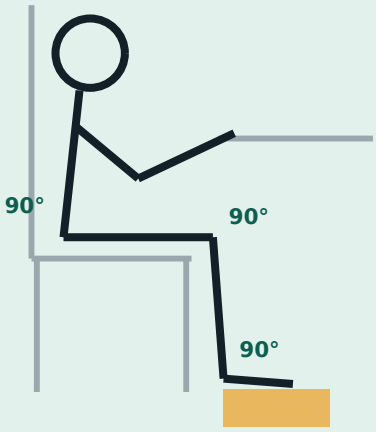
Sofrada oturma pozisyonu

90-90-90 kontrol listesi. Çocuğunuz sofradayken yandan bakın ve her maddeyi işaretleyin.

- [ ] Kalçası sandalyenin arkasına yaslanmış
- [ ] Kalça yaklaşık 90°
- [ ] Dizler yaklaşık 90°, sandalye ucundan sarkıyor
- [ ] Ayak tabanları tamamen bir yere basıyor
- [ ] Sırtı dik ve destekli
- [ ] Masa, dirseğinin biraz üstünde
- [ ] Başı ileri bakıyor; geriye düşmüyor
- [ ] Sandalye dönmüyor, sallanmıyor
- [ ] Masada ekran ve oyuncak yok



Ayaklar destekli, sırt dik

Ayaklar yere değmiyorsa ne kullanabilirim?

- Sağlam bir kutu, kalın kitaplar ya da plastik basamak
- Sandalye ayaklarına bağlanan ayak desteği
- Mama sandalyesinin ayak desteğini ayakların değdiği yüksekliğe ayarlamak
- Sandalye çok derinse sırta sıkı bir yastık

Uzmana danışın: Gövde veya baş kontrolü zayıfsa, sık yana kayıyorsa, oturunca çabuk yoruluyorsa ya da yutma güçlüğü varsa özel oturma desteği gerekebilir. Bir ergoterapist veya fizyoterapistten destek alın.

Yalnızca genel bilgilendirme amaçlıdır; tanı ya da tedavi yerine geçmez. Sorunlarınız için bir sağlık profesyoneline başvurunuz.

Kaynaklar: Cambridgeshire & Peterborough NHS Children's OT Service, "Sitting position and posture" · Alberta Health Services, Positioning for feeding · Morris & Klein, Pre-Feeding Skills, 2. baskı, 2000