



Ti capita di avere formicolii alle prime 3 dita della mano che si acuiscono durante la notte?

Hai delle improvvise perdite di forza alle mani o ti capita che qualcosa ti caschi improvvisamente?

Potrebbe essere la sindrome del...

Tunnel carpale



Nel tuo polso il nervo mediano sta soffrendo



Ti capita di avere dolore al polso, dal lato del pollice?

Senti dolore quando sollevi qualcosa di grande o quando sollevi il tuo bambino?

Potrebbe essere il morbo di...

De Quervain



I tendini che muovono il pollice forse non hanno abbastanza spazio

Spesso le donne che visitiamo al Reparto di Riabilitazione della mano con questi sintomi sono neomamme.

Il reparto di neonatologia e il reparto di chirurgia della mano stanno collaborando per prevenire l'insorgenza di queste patologie inserendo la figura del terapeuta della mano all'interno dei corsi preparto.

Sei interessata?
Chiedi dei corsi preparto per prenderti cura di te e del tuo bimbo, o bimba.

Contatti:

caterina.zichittella@gmail.com
rossella.pagliaro@multimedica.it
elenamarta.mancon@multimedica.it

Le mamme e le loro mani



Come prendere in braccio il tuo bambino senza sovraccaricare le articolazioni



Ecco i gesti per

evitare sintomi

fastidiosi

1

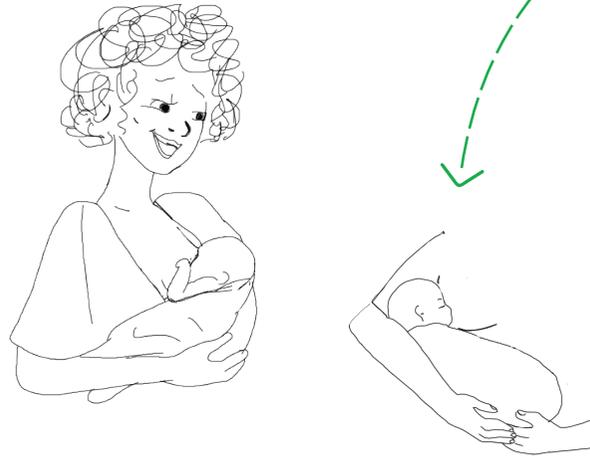
QUANDO PRENDI
IL TUO BIMBO DALLA
CULLA...



METTI UNA MANO SOTTO
AL SEDERINO E LA SCHIENA,
L'ALTRA SOTTO LA TESTA

2

QUANDO ALLATTI
IL TUO BAMBINO...



TIENI IL BIMBO VICINO
AL CORPO E METTI UN
CUSCINO SOTTO AL
GOMITO

3

QUANDO CAMBI
IL PANNOLINO...



SOLLEVALO METTENDO
LA MANO SOTTO AL
SEDERINO

4

QUANDO PORTI
IL PASSEGGINO...



TIENI ENTRAMBE LE MANI
SUL MANUBRIO
CON I POLSI
PARELLELI TRA LORO

