



Painotuotteet

Painotuotteesta voi olla hyötyä

- **motorisesti levottomalle** lapselle. Syvätuntoaistimuksia tuottavat tuotteet rauhoittavat ja vähentävät levottomuutta, jolloin lapsen on helpompi kohdistaa tarkkaavaisuutensa tehtävään, keskittyä tai istua paikallaan sekä rauhoittua. Lapsen on myös helpompi ottaa kontaktia ja seurata annettuja ohjeita.
- **tuntoaistimukseen herkästi reagoivalle** lapselle. Lapsi hyötyy syvätuntoaistimusten rauhoittavasta vaikutuksesta, koska niiden avulla tuntoaistimusten sietäminen helpottuu.
- **lapsille, joilla on haasteita kehonhahmotuksessa ja -hallinnassa**, koska syvätuntoaistimukset lisäävät kehotietoisuutta.

Painoliivi on painotaskuilla varustettu, päälle puettava liivi. Painoliivin paino on useissa tutkimuksissa määritelty 5 – 10 % lapsen painosta. Painoliiviä käytetään rauhoittumisen ja jäsentymisen tueksi esimerkiksi lapsilla, joilla on vaikeuksia keskittyä, pitää yllä tarkkaavaisuutta tai jotka ovat ylivilkkaita.

Sylipaino tai hartioille sijoitettava painokissa, painomato tmv. sekä peittomainen syliin asetettava sylipaino tuottavat syväpainetuntemuksia, joita käytetään rauhoittumiseen ja jäsentymiseen. Tuotteita voidaan käyttää lapsilla, joilla on vaikeuksia paikallaan istumisessa levottomuuden takia. Tuotteita voidaan käyttää myös lapsilla, joilla on aistitiedon käsittelyn häiriöitä.

- ➔ Painoliivi ja sylipaino lisäävät tuntemusta omasta kehosta. Syväpainetunto rauhoittaa lasta ja auttaa jäsentymään suhteessa ympäristöön.
- ➔ Painoliiviä tai sylipainoa tulisi käyttää kerrallaan korkeintaan 20 min, minkä jälkeen tulee pitää taukoa. Ota painotuote pois jo aiemmin, mikäli lapsi niin haluaa. Painotuotteita voi käyttää useita kertoja päivässä eri tilanteissa.

Painopeitto käytetään lepohetkillä rauhoittumiseen ja nukahtamisen helpottamiseen. Painopeiton paino on 5 – 10 % lapsen painosta ja lisätynä 0,5 kg, koska kaikki paino ei asetu lapsen päälle. Painopeiton paino jakaantuu tasaisesti lapsen keholle tuottaen syväpainetuntemuksia. Painopeiton voi hankkia tai valmistaa itse kotiin ja päiväkotiin/kouluun.

- ➔ Painopeitto rauhoittaa lasta, auttaa rentoutumaan ja vähentää levottomuutta.

Rannepainot ovat ranteeseen puettavia rannekeita, joita käytetään tarkkuutta vaativissa toiminnoissa, kuten kynätyöskentelyssä, sekä pallo- ym. pelejä pelattaessa.

- Rannepainot lisäävät tuntemusta omista käsistä ja helpottavat käsien liikkeiden hallintaa. Rannepainoja tulisi symmetrisyyden vuoksi käyttää molemmissa käsissä.

Painohanskat ovat käteen puettavia hanskoja, joissa paino lisätään kämmenselän puolella oleviin taskuihin. Painohanskoja käytetään lapsilla, joilla on pulmia käsien liikkeiden hahmottamisessa ja hallinnassa. Painohanskoja voi hankkia henkilökohtaiseen käyttöön kouluun, kotiin tai päiväkotiin. Painohanskoja käytetään tehtävätyöskentelyssä, peleissä ja leikeissä. Hanskojen käytössä olisi hyvä huomioida kehon symmetrisyys, minkä vuoksi hanskoja tulisi pitää molemmissa käsissä.

- Painohanskat lisäävät tietoisuutta käsistä, helpottaen tarkkuutta vaativaa työskentelyä ja esineiden käsittelyä.

**Painotuotteiden käyttö tulee olla lapsilähtöistä,
eikä tuotetta koskaan pidä käyttää väkisin.**

**Painotuotteita voi käyttää useita kertoja päivässä,
mutta vain vähän aikaa kerrallaan.**