

К Н И Г А 5

**Уход за кожей.
Потница. Опрелость. Дерматит.
Полезные советы.
Купание. Средства для купания.**



Врачи
детям

Издано при поддержке
Комитета по труду и социальной защите населения Администрации Санкт-Петербурга
и Всемирного детского фонда под патронажем королевы Швеции Сильвии
(World Childhood Foundation).

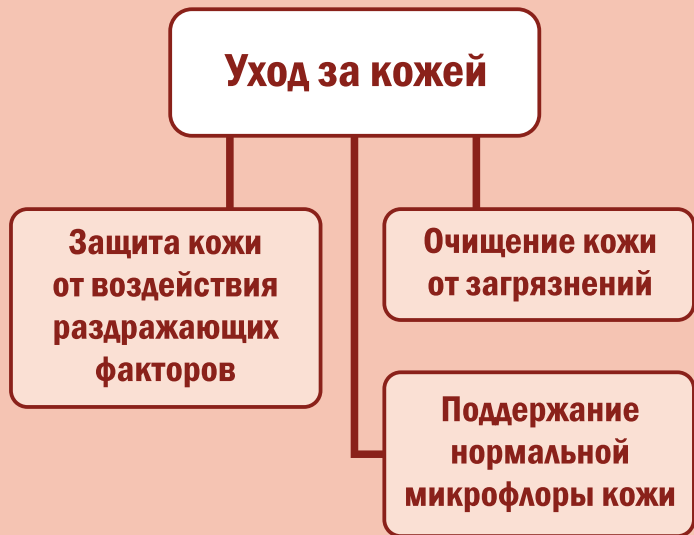
По всем вопросам вы можете обратиться
в Центр комплексной помощи «МАМА+»
организации «Врачи детям» по тел. 327-71-57

Уход за кожей малыша

Кожа малыша требует постоянного ухода, так как имеет особенное строение:

- Обилие кровеносных сосудов;
- Много сальных желез крупных размеров;
- Плохо развиты эластические и мышечные волокна (поэтому она очень ранима и чувствительна).

Как сделать кожу малыша здоровой?



Погрешности в уходе за кожей ребенка могут привести к нарушению ее целостности и развитию воспалительных реакций:

- Потница – мелкоточечная сыпь, появляющейся в области складок на коже конечностей и туловища.
- Опрелость – повреждение кожи – от умеренного ее покраснения до появления эрозий и мокнутия. Локализуется в области ягодиц, внутренней поверхности бедер, складок и за ушами.
- Потертость – покраснение кожи с мокнутием или без него, появляющееся в месте контакта кожи с одеждой или пеленками.
- Пеленочный дерматит – повреждение кожи в виде инфильтратов (воспалительных уплотнений) и мокнутия в области кожных складок и ягодиц.

Потница, потертость и опрелость могут привести к развитию инфекции.

Несколько полезных советов:

Первое купание. После того как зажила пупочная ранка и до 6 месяцев, рекомендуется купать ребенка ежедневно. В жаркое время можно споласкивать младенца и дважды в день, воду при этом кипятить не нужно. Если вы пропустите купание день-два, тоже ничего страшного. Вместо купания можно тщательно протереть мокрой губкой кожу малыша во всех складочках.



Где купать?

Купать ребенка лучше в предварительно прогретой ванной комнате. Наполните маленькую ванночку теплой водой (37–38 °С) Температуру воды можно определить, окунув в ванночку локоть. Если температура воды приятно теплая для вашего локтя, она будет хороша и для малыша. В ванночку можно добавить либо слабый раствор марганцовки, либо профильтрованный отвар трав: ромашки, шалфея.

Как держать ребенка во время купания?

Поместите младенца на своем левом предплечье, захватив его левую голень ладонью своей левой руки, а правой рукой аккуратно промойте все глубокие складочки кожи.

Как часто и каким мылом мыть ребенка?

Мыть ребенка детским мылом следует не чаще 2 раз в неделю. После купания его следует обязательно ополоснуть теплой водой, если есть возможность – питьевой. Для мытья головы ребенка следует использовать специальный детский шампунь.

Купание в травах или с использованием других средств должно быть рекомендовано только врачом.

В какое время лучше всего купать?

Не ранее чем через 1–2 часа после кормления. Большинство детей любят купаться на ночь, перед последним кормлением, после которого сладко засыпают на всю ночь. Но некоторые, наоборот, сильно возбуждаются после ванны и долго не могут уснуть. В таком случае следует подобрать время индивидуально – утром или в полдень, но после купания идти на прогулку можно не ранее чем через 3–4 часа.

После ванны

Сразу после того, как вы ополоснули ребенка, накиньте на него теплое полотенце и перенесите в теплую комнату, где все уже должно быть готово для одевания и пеленания. Кожу младенца нежно промокают мягким полотенцем, особенно тщательно – в складочках. Очень удобно просушивать складочки на шее в подмышечных ямках и в паху теплым феном (только не горячим), это хорошо защищает кожу от опрелостей. После купания нужно тепло одеть ребенка или запеленать и покормить.

Правильный уход за кожей ребенка является основой профилактики, в первую очередь, воспалительных заболеваний кожи.

Средство	Цель применения
Мыло детское, рН-нейтральное	Очищение кожи
Присыпка	Защита кожи, впитывание влаги, предупреждение опрелостей
Масла	Защита, регенерация кожи, увлажнение
Косметическое молочко	Очищение, защита кожи, увлажнение
Крем	Защита кожи, увлажнение, противовоспалительное и противоаллергическое действие, профилактика пеленочного дерматита
Мази	Защита кожи, увлажнение, лечение пеленочного дерматита
Влажные салфетки	Очищение, увлажнение кожи

