УПРАВЛЕНИЕ ЗДРАВООХРАНЕНИЯ
ЛИПЕЦКОЙ ОБЛАСТИ
ГУЗОТ «ЦЕНТР МЕДИЦИНСКОЙ ПРОФИЛАКТИКИ»

ИНФОРМАЦИОННЫЙ БЮЛЛЕТЕНЬ

«Уход за новорожденным ребенком»

(для населения)

Липецк 2018

СОГЛАСОВАНО
Главный внештатный
специалист неонатолог
управления здравоохранения
Липецкой области
_____ Г. П. Лукинова
«_____»_____2018 г.

СОГЛАСОВАНО
Главный внештатный специалист
по профилактической медицине
управления здравоохранения
Липецкой области
_____ В. П. Кострова
«_____»_____ 2018 г.

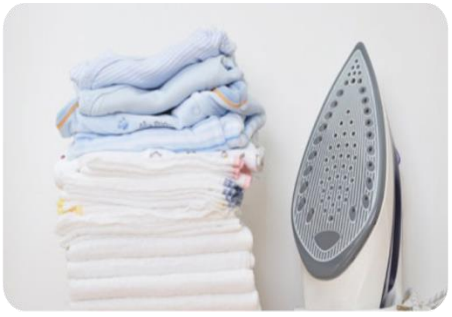
Некоторые молодые мамы испытывают настоящее чувство паники, когда впервые остаются дома одни с малышом. Чтобы избежать этого, уже во время беременности женщина должна четко представлять, какие процедуры по уходу за новорожденным ей предстоит ежедневно выполнять после выписки из роддома.

Правильный уход за новорожденным очень необходим вашему малышу, так как первые девять месяцев своей жизни он провел под вашей защитой, а вот сразу после рождения ребенок сталкивается с новыми условиями жизни, адаптироваться в которых ему может помочь только семья.

Основные принципы ухода

Можно выделить самые главные принципы ухода за новорожденными:

- соблюдения чистоты не только тела малыша, но и окружающих его вещей;
- гигиенические процедуры;
- ежедневная уборка помещений, где находится малыш;
- постоянное проветривание комнаты ребенка;
- стоит убрать все ковры, мягкие игрушки, книги и все то, что может накапливать пыль, в последующем формируя у ребенка аллергические реакции;
- ежедневная смена белья и проглаживание его с двух сторон;
- не следует сразу после выписки из роддома называть к себе кучу гостей. Это связано не с суевериями, а с тем, что малыш имеет несовершенную иммунную систему, которая может не справиться с таким большим количеством чужих микробов.



Чистота – залог успешного ухода

Чистота необходима для здоровья вашего ребенка, так как в пыли, которая окружает каждого человека, содержится большое количество микробов, способных вызвать какие-либо заболевания. А маленькие детки являются самыми восприимчивыми к ним. Ведь малыш, исследуя мир, все тянет в рот.

Перед тем, как брать малыша на руки, следует вымыть руки с мылом, чтобы избавиться от совершенно не нужных бактерий.

Для того чтобы уход за новорожденным осуществлялся правильно, ногти следует коротко отстричь. Для молодой мамы становится ежедневной процедурой принятие душа и смена белья. Только простыми и нехитрыми правилами вы сможете добиться успехов при уходе за ребенком. При этом главную роль в уходе за новорожденным ребенком играет утренний туалет.

Важно запомнить, что уход за новорожденным ребенком необходимо совершать бережно, не травмируя нежную детскую кожу.

Умывание малыша

Процедура умывания является немаловажной составляющей крепкого здоровья малыша. Утреннее умывание лучше всего проводить перед вторым кормлением.

Лицо малыша возрастом до двух месяцев промывают только теплой кипяченой водой с помощью ватного тампончика. Не обходят стороной и шейные складочки, на которых часто возникает потница. При необходимости естественные складки новорожденного смазывают детским маслом или молочком для нежной кожи с первых дней.

Уход за глазами

Уход за глазами новорожденного – это неотъемлемая часть ежедневного ухода за малышом. Промывают глазки ребенка смоченным в воде ватным диском. Для каждого глазика берут отдельный тампон, что препятствует распространению случайной инфекции. При этом совершают движение ваткой от наружного к внутреннему углу глаза. Далее берут сухую ватку и делают аналогичные движения для того, чтобы подсушить глаза.

Если в уголке глазика были замечены выделения какого-либо характера, то следует обратиться к педиатру или окулисту. Лекарственные препараты в виде капель без назначения врача применять запрещается!

Уход за носом

Уход за носом новорожденного также играет значительную роль в уходе за ребенком, так как у малыша появляются корочки в носу, мешающие свободному дыханию. При этом ребенок дышит через рот, отказывается от груди, становиться беспокойным.

Для того чтобы почистить носик ребенка, необходимо свернутыми в жгутик ватками прокручивающими движениями удалить корочки. При этом нельзя наматывать ватку на какие-либо твердые предметы, чтобы не повредить нежную слизистую оболочку носовых ходов ребенка.

Уход за ушами

Ватным жгутиком проводят по видимым участкам кожи наружного слухового прохода. Движения легкие, без сильного нажима. Вместо загрязненной ватки берут чистую и повторяют процедуру до полного удаления ушной серы. Очищать ушки малыша от серы достаточно 1-2 раза в неделю.

Кроме регулярного очищения ушей от серы необходимо осуществлять постоянный уход за наружным ухом ребенка. Завитки ушной раковины 1-2 раза в неделю протирают увлажненным ватным жгутиком. Для этого ушко ребенка оттягивают, чтобы получить возможность обработать все изгибы, складочки и завитки.

Каждое утро во время умывания нужно протирать кожу за ушками ватным шариком, смоченным в кипяченой воде. При появлении опрелостей, корочек или раздражений в этой области, кожу протирают вазелиновым маслом после купания и умывания.

Нельзя:

- ✓ вставлять палочку или ватный жгутик внутрь слухового прохода;
- ✓ использовать мокрую ватку, с которой стекает вода;
- ✓ сильно тереть кожу ушка.

Не переживайте за чистоту внутренней части уха, сера прекрасно выходит из нее самостоятельно при сосательных движениях малыша во время кормления. Пытаясь очистить слуховой проход изнутри, вы только проталкиваете серу вглубь. Тем самым создаете препятствие для самостоятельного очищения слухового прохода.

Уход за половыми органами

Уход за половыми органами новорожденного – также процесс, без которого никак нельзя обойтись. Малыша подмывают, совершая ежедневный утренний туалет и после того, как он совершит физиологические отправления.

Подмывание новорожденного осуществляется следующим образом. Теплая вода льется на чистые руки, которые совершают движение спереди назад. Это условие важно, так как патогенная флора при попадании на половые органы может вызывать инфекцию.

С целью предотвращения появления на коже младенца раздражений, покраснений и мелких царапин рекомендуется не вытирать детскую кожу после подмывания, а промокающими движениями касаться тела мягким махровым полотенцем до тех пор, пока влага не исчезнет вовсе.

Особенно важно соблюдение данных правил для осуществления ухода за новорожденной девочкой!!!

Уход за кожей

Уход за кожей новорожденного осуществляется с первых дней его жизни. Для этого применяются ежедневные купания, а затем при необходимости, смазывание нежной детской кожи кремом или маслом.

Купать ребенка можно сразу после того, как малыш оказался дома. Об этом молодым родителям сообщит врач или акушерка, пришедшие на первый патронаж мамы и малыша. Кроме того, они смогут показать, как правильно выполняется данная процедура.

Для купания вам понадобится ванночка, приобретенная специально для ребенка. Использовать ее в других целях запрещено. Температура воздуха в комнате при купании новорождённого ребёнка должна составлять 25-26°С, а воды 37°С. Необходимо наполнить ванночку настолько, чтобы полностью закрыть тело новорожденного. Полотенце и пеленки для малыша первого года жизни необходимо согреть грелкой. Малыша до полугодовалого возраста моют рукой без применения мочалок или других средств.

Уход за ногтями

Один раз в 7 дней ребенку необходимо стричь ногти, чтобы он не поцарапал сам себя во время сна или бодрствования. Для этого вам понадобятся специальные ножницы, имеющие закругленные края. Перед тем, как приступить к процедуре, следует помыть ножницы в горячей мыльной воде, а затем вытереть.

Уход за пупком

Сухое (открытое) ведение пуповинного остатка, сравнительно недавно появившийся способ ухода за пуповинным остатком, но уже зарекомендовавший себя во всём мире. Основной принцип - это поддержание пуповинного остатка сухим и чистым, для этого необходимо:

- ✓ Мыть руки перед и после всех манипуляций с ребенком.
- ✓ Оставлять остаток пуповины открытым для воздуха. Это позволит остатку пуповины высыхать естественным образом.
- ✓ Одежда ребенка должна быть чистой и свободной, приспособленной, чтобы позволить воздуху циркулировать.
- ✓ Пеленают ребенка так, чтобы остаток пуповины был свободным, памперс загибается под пуповинным остатком.
- ✓ Если пуповинный остаток намочен, то его необходимо просушить (не использовать вату).
- ✓ Обрабатывать пупок зеленкой и перекисью не нужно!
- ✓ Отделяемого из пупочной ранки быть не должно. Если на 15 день жизни малыша присутствует какое-либо отделяемое из пупочной ранки - необходимо обратиться к врачу.

Многие беременные женщины посещают популярные сейчас школы для будущих мам. Там предлагают посетителям курс теоретических и практических занятий по подготовке к родам и уходу за новорожденным. Врачи акушеры-гинекологи освещают все вопросы, касающиеся родов, а врачи-педиатры рассказывают будущим мамам, как правильно ухаживать за новорожденным ребенком, как наладить и сохранить грудное вскармливание, какие опасные состояния могут возникнуть в первые дни жизни малыша и как с ними справляться.

В нашем регионе на бесплатной основе в ЛПУ области проводятся школы здоровья по таким направлениям, как: «Школа для беременных», «Школа матерей», «Школа матери и ребенка» и др.

Будьте здоровы!

Для заметок

Лекционный материал подготовила:
Ю. Н. Попова - специалист по гигиеническому воспитанию организационно-методического отдела ГУЗОТ «Центр медицинской профилактики»

Ссылка на интернет сайты:

1) http://www.mymummy.ru/deti/Ukhod-za-novorozhdennym-v-pervyy-mesyats.html
2) http://babyluck.ru/gigiena/umivanie-novorozhdennogo-rebenka.html
3) http://razvitie-krohi.ru/uhod-za-rebenkom/uhod-za-ushami-novorozhdennogo.html
4) http://agushkin.ru/uxod/kak-podmyvat-novorozhdennogo.html

При перепечатке материала ссылка на ГУЗОТ «Центр медицинской профилактики» обязательна.

ГУЗОТ «Центр медицинской профилактики».
398042, г. Липецк,
9 микрорайон, д.17
тел./факс: 31-06-79, 31-07-11.
e-mail: orgmetod@inbox. ru
сайт: www.yazdorov-48.ru