

Правильный уход за кожей ребенка под подгузником особенно важен, поскольку она контактирует с физиологическими выделениями – калом и мочой.



АННА ШЕВЕЛОВА
ПЕДИАТР
МЕДИЦИНСКОЙ
КЛИНИКИ РКЛИН

5 «нельзя» для попки малыша



Современные мамы находятся в более выгодном положении, чем все предыдущие поколения родителей, так как большинство из них пользуются одноразовыми подгузниками, которые значительно облегчают уход за ребенком. Тем не менее проблемы с детской кожей под подгузником вовсе не редки. Давайте разберем самые частые ошибки.

Почему возникают опрелости?

К развитию опрелостей (или пеленочного дерматита) приводит нарушение правил по уходу за ребенком.

Самые главные ошибки – это недостаточно частое подмывание и несвоевременная смена подгузников. Кроме того, к раздражению кожи под подгузником более склонны дети с аллергическими реакциями. Замечено также, что у малышей на искусственном вскармливании опрелости встречаются чаще (из-за того, что кал этих детей содержит больше ферментов, которые при контакте с кожей раздражают ее). Провоцировать развитие опрелостей могут и такие факторы, как прием антибиотиков, понос, переход на искусственное вскармливание, прорезывание зубов. Начинаются опрелости с легкого покраснения кожи, которое быстро

уменьшается при хорошем уходе за ребенком. Если уход за кожей малыша по-прежнему осуществляется неправильно, возможно присоединение инфекции (иногда даже с повышением температуры и нарушением общего состояния ребенка). В этом случае необходимо обратиться к врачу для лечения. Но помните, что подобных осложнений вы можете избежать.

Нельзя экономить на подгузниках

Подгузник желателно менять каждые 2-3 часа, а также сразу после того, как ребенок покакал. Объем

подгузника ограничен. Переполненный подгузник не будет впитывать жидкость и может давить. Кроме того, кал не впитывается в подгузник полностью и начнет раздражать кожу. В ночное время организм отдыхает, объем и частота мочеиспусканий уменьшаются, поэтому нет необходимости в частой смене подгузников. Ночью подгузники меняют только в случае беспокойства ребенка, обычно когда он покакает. Когда вы собираетесь на длительную прогулку, перед выходом из дома наденьте чистый подгузник. Если в месте, куда вы идете, будет возможность переодеть малютку в случае необходимости, положите запасной памперс и влажные салфетки в сумку (но не нужно переодевать ребенка на улице в мороз, так как кроха может переохладиться и заболеть, что намного серьезнее несвоевременной смены подгузника).

Совет!
В уходе за кожей ребенка под подгузником очень важно придерживаться простых правил: побольше воздуха, чистой воды и заботливого внимания. Косметические средства – весьма умеренно, лечебные мази – только по назначению педиатра.

Нельзя не подмывать ребенка

Можно ли использовать влажные салфетки для очистки детской кожи от кала и мочи? Можно, если вы находитесь вне дома и не можете помыть младенца. Но основным правилом ухода за кожей под подгузником должно быть все-таки подмывание и купание малыша. Ребенка можно подмывать теплой водой из-под крана при слабом напоре, причем направление струи воды для девочек должно быть спереди назад, а для мальчиков – наоборот. Купать карапуза первых лет жизни рекомендуется каждый день.

Нельзя «взрослую» косметику

Крем, мыло, пенки для купания и прочая косметика, разработанная для кожи взрослого человека, ни в коем случае не должна применяться в уходе за ребенком. Она может вызывать сухость, раздражение

кожи, а в некоторых случаях даже спровоцировать возникновение аллергической реакции. Для нежной и чувствительной кожи малыша существует детское мыло с нейтральным pH, которое содержит минимальное количество щелочных веществ, что предотвращает высушивание и раздражение. Нельзя использовать для обработки здоровой кожи грудного ребенка косметические средства с антибактериальным эффектом, что может спровоцировать нарушение защитных свойств кожи и способствовать развитию грибковых инфекций. «Детской» косметикой злоупотреблять не стоит – чрезмерное использование может привести к обезвоживанию кожи малыша. Поэтому используйте детское мыло лишь в случае необходимости, чтобы подмыть малыша после дефекации. После мочеиспускания подмывайте кроху водой.

Для малышей с сухой кожей рекомендуется использовать детское косметическое молочко. Для ванны используют масла, защищающие нежную кожу ребенка от обезжиривания и обезвоживания. Для обработки покрасневшей, влажной и воспаленной кожи и можно использовать кремы и мази на основе оксида цинка, которые имеют противовоспалительный, подсушивающий и антисептический эффект.

Нельзя много крема, присыпки

Не злоупотребляйте кремами и присыпками под подгузник: если кожа под подгузником все время покрыта толстым слоем крема или присыпки, она не будет дышать. Не используйте одновременно крем под подгузник (или мазь) и детскую присыпку на одних и тех же участках тела. Это может привести к раздражению (мацерации) кожи. Имейте также в виду, что крем, нанесенный в больших количествах под подгузник, ухудшает впитывание жидкости самим подгузником.

Нельзя «жить в памперсе»

Кожа ребенка должна дышать. Это аксиома, которую нет нужды доказывать. Поэтому после того, как вы сняли подгузник и очистили кожу, дайте малышу некоторое время побыть «голопопым». Для ребенка со здоровой кожей время принятия ежедневных воздушных ванн может составлять по 10-15 минут не меньше 10 раз в день.

В случае, если кожа под подгузником покраснела и раздражена, рекомендуется надевать подгузник только на время прогулки и сна. Все остальное время ребенок может быть раздетым (в теплое время года) или одетым в одежду из натуральных тканей (когда дома прохладно). Обычно хватает нескольких дней, в течение которых малыш принимает воздушные ванны, чтобы кожа крохи совершенно восстановилась. Пусть ваше сокровище растет счастливым и здоровым!

