



Warszawa, 21.06.2017 r.

## **Pielęgnacja skóry noworodka latem. Na co zwrócić szczególną uwagę, by chronić delikatną skórę dziecka.**

– radzi położna Agnieszka Mińko, ambasadorka kampanii społeczno-edukacyjnej „Położna na Medal”

**Skóra nowo narodzonego dziecka jest bardzo delikatna, a przez to szczególnie narażona na czynniki zewnętrzne. Stosowanie odpowiednich technik pielęgnacyjnych i specjalnych preparatów pozwala chronić ją przed groźnymi dolegliwościami skórными. Przede wszystkim latem troskliwa pielęgnacja skóry maluszka ma bardzo istotne znaczenie.**

### **Pielęgnacja z troską**

Skóra jest największym ludzkim organem. Chociaż noworodek, który przychodzi na świat, wyposażony jest w skórę dobrze wykształconą, to nie jest ona jeszcze w pełni dojrzała. Różni się od skóry dorosłego wieloma właściwościami. Pod względem struktury i funkcjonalności skóra dojrzewa dość szybko, bo około 4 miesięcy. Zawsze jednak wymaga szczególnej uwagi, ponieważ na podstawie wyglądu naskórka często diagnozowanych jest wiele schorzeń, jak np. **AZS – atopowe zapalenie skóry**. Warto pamiętać również, że naskórek nowo narodzonego dziecka jest cieńszy, wrażliwszy na światło oraz znacznie bardziej narażony na uszkodzenia mechaniczne. Zawiera mniej, a w dodatku gorzej funkcjonujących gruczołów potowych, co może sprzyjać przegrzewaniu. Jego wartość pH jest wyższa (powyżej 6,0) niż u osoby dorosłej (+/- 4,95). Obniżenie kwasowości skóry wpływa korzystnie na hamowanie rozwoju flory patogennej, poprawiając funkcje immunologiczne naskórka. Dlatego skórę noworodka, niemowlęcia należy szczególnie troskliwie pielęgnować, używając odpowiednich środków kosmetycznych.

### **Maż płodowa**

Skóra noworodka od czasu życia płodowego jest chroniona przez specjalną substancję – maż płodową. Składa się ona głównie z wody, a poza tym z lipidów i białek. Chroni skórę przed działaniem płynu owodniowego, zapobiega maceracji naskórka (rozmiękaniu), a także odżywia i nawilża go. W mazi płodowej występują takie substancje, jak: **laktoferyna, antyoksydanty i lizozym**, których zadaniem jest ochrona przed zakażeniami bakteryjnymi.



Już po porodzie należy zwrócić uwagę na to, w jaki sposób właściwie wykonywać zabiegi pielęgnacyjne. Przede wszystkim, warto pamiętać, że skórę noworodka bardzo delikatnie osuszamy wystrzegając się pocierania. Pomijając fakt, że jest to uczucie nieprzyjemne, sprzyja wystąpieniu urazów mechanicznych, a także pozbawia maluszka ochrony, jaką daje maź.

### **Pierwsza kąpiel**

Noworodek wymaga kąpieli w celu usunięcia ze skóry zanieczyszczeń z krwi czy smółki. **WHO – Światowa Organizacja Zdrowia** – zaleca kąpiel nie wcześniej niż sześć godzin po porodzie z zachowaniem szczególnej ostrożności, by nie uszkodzić ochronnej warstwy mazi płodowej. Badania epidemiologiczne wskazują na konieczność przyspieszenia pierwszej kąpieli, gdy mama zakażona jest wirusem **HIV** lub **HBs** i występuje podejrzenie zakażenia wewnątrzmacicznego. Kąpiel taką można pominąć np. kiedy stan zdrowia dziecka budzi zastrzeżenia. Wówczas należy ograniczyć czynności pielęgnacyjne tylko do miejsc zabrudzonych. Pierwszą kąpiel można wykonać używając jedynie wody. Należy pamiętać, żeby zapewnić dziecku odpowiednie warunki do kąpieli. Optymalna temperatura wody oscyluje w granicach **34 – 37 stopni C**, z kolei temperatura pomieszczenia powinna być nie niższa niż **22 stopnie C**. Najlepiej, kiedy dziecko zanurzone jest w wodzie znaczną powierzchnią ciała, co zmniejsza jego stres związany z utratą ciepła.

Kolejne kąpiele zalecane są z częstotliwością sięgającą dwóch, trzech razy w tygodniu. Szczególną wagę należy przywiązać do doboru środków pielęgnacyjnych, zwłaszcza, jeśli zawierają długi skład z **detergentami (SLS, SLES)** oraz **glikolami polietylenowe (PEG)** i **polipropylenowymi (PPG)**. Nie jest tajemnicą, że te substancje które często bywają przyczyną podrażnień, zaczerwienienia czy pokrzywki ze świądem. Pamiętać należy również o delikatnym osuszaniu skóry dziecka, pamiętając o zgięciach skórnych szczególnie narażonych na otarcia bądź odparzenia, zwłaszcza latem.

### **Pielęgnacja twarzy niemowlaka**

W praktyce, to właśnie toaletę buzi dziecka wykonujemy najczęściej. Można do tego celu użyć płynu micelnego, który dzięki swoim właściwościom **hydro-** i **lipofilnym** doskonale oczyszcza skórę, a także ją pielęgnuje. Szczególną uwagę należy zwrócić na pielęgnację oczu. Przemywanie należy wykonywać od zewnętrznego kącika oka w kierunku nasady nosa. Kiedy jest potrzeba powtórzenia czynności, należy sięgnąć po nowy wacik. Warto pamiętać, że chcąc jednocześnie pielęgnować oczy maluszka i chronić je przed podrażnieniem, do pielęgnacji powinno się używać soli fizjologicznej.

### **Pielęgnacja okolicy pieluszkowej**

Skóra pod pieluszką jest szczególnie narażona na podrażnienia i uszkodzenia. Dzieje się tak w wyniku kontaktu z moczem i kałem (wyższe pH skóry, enzymy i amoniak uszkadzające ochronną barierę skórną), wysoką wilgotnością, a także mechaniczne tarcia pieluszki. Czasami do podrażnień może dochodzić na skutek stosowania popularnych dziś nasączanych



chusteczek. Problemy ze skórą szczególnie nasilają się podczas biegunki bądź infekcji układu moczowego. Zapobieganie jest jednak bardzo proste. Należy pamiętać o dokładnym obmywaniu – najlepiej czystą wodą – u dziewczynek wykonywanym „od przodu ku tyłowi, nie rozchylając warg sromowych, z kolei u chłopców bez zsuwania napletka. Ważną rolę odgrywa również częste zmienianie pieluszki, a także stosowanie preparatów ochronnych lub leczących. Nie należy również zapominać o korzystnym wpływie powietrza. Przed nałożeniem świeżej pieluszki zaleca się kilka razy dziennie wietrzyć pośladki dziecka.

### Problemy skórne

To najczęściej potówki. Te powstają w wyniku działania wysokiej temperatury w wilgotnym środowisku. Występują najczęściej z powodu przegrzania dziecka. Potówki najłatwiej zaobserwować można na twarzy i w okolicy fałdów skórnych maluszka. W przypadku bardzo nasilonych zmian pomaga kąpiel w roztworze nadmanganianu potasu. Najczęściej jednak ustępują one samoistnie po zapewnieniu odpowiedniej temperatury dziecku poprzez właściwe ubieranie i właściwą pielęgnację

Innym problemem są odparzenia – szczególnie widoczne w okolicy zgięć skórnych i okolicy pieluszkowej. W tym przypadku istotna okazuje się profilaktyka, gdyż zdecydowanie łatwiej zapobiegać oparzeniom, niż je leczyć. Chcąc zapobiegać powstawaniu odparzeń uwagę powinniśmy skierować w stronę kremów i maści pielęgnacyjnych. Do pielęgnacji miejsc około pieluszkowych polecane są maści z witaminą F, które wspierają niedojrzałą skórę niemowlęcia. Warto jest sięgnąć po maść pielęgnacyjną **alantandermoline z witaminą F**, która zawiera **alantoinę, d-pantenol** oraz pielęgnacyjne oleje roślinne bogate w witaminę F. Dzięki temu maść skutecznie pielęgnuje i chroni delikatną, wrażliwą, skłoną do podrażnień i odparzeń skórę niemowlaka. Polecana od 28 dnia życia dziecka.

Bardzo ważna jest ochrona przed promieniami UV zwłaszcza u dzieci, aby zapobiegać oparzeniom słonecznym. Pamiętać należy o regularnej aplikacji preparatów z wysokim filtrem.



---

**Położna na Medal** to prowadzona od 2014 roku kampania społeczno-edukacyjna zwracająca uwagę na kwestie związane z koniecznością podnoszenia standardów i jakości opieki okołoporodowej w Polsce poprzez edukację i promocję dobrych praktyk. Istotną kwestią kampanii jest również podnoszenie świadomości społecznej na temat roli położnych w opiece okołoporodowej.

Jednym z kluczowych elementów kampanii jest **konkurs na najlepszą położną w Polsce. Zgłoszenia do tegorocznej, czwartej edycji konkursu przyjmowane są od 1 kwietnia do 31 lipca 2017 r. Głosy na nominowane położne można oddawać od 1 kwietnia do 31 grudnia 2017 roku. Nominacje i głosy odbywają się na stronie [www.poloznanamedal2017.pl](http://www.poloznanamedal2017.pl)**

Patronat honorowy nad kampanią i konkursem objęła Naczelna Rada Pielęgniarek i Położnych. Patronat merytoryczny sprawują: Polskie Towarzystwo Położnych, Fundacja Rodzić po Ludzku oraz Stowarzyszenie Dobrze Urodzeni. Mecenasem kampanii jest marka Alantan Plus.

Dodatkowe informacje

**Monika Majcher**

Heima Public Relations

Email: [monika.majcher@heimastudio.pl](mailto:monika.majcher@heimastudio.pl)

Tel.: +48 728 120 011

**Piotr Chojnacki**

Heima Public Relations

Email: [piotr.chojnacki@heimapr.pl](mailto:piotr.chojnacki@heimapr.pl)

Tel: +48 728 751 113