

Уход за новорожденным ребенком



Что собой представляет ежедневный уход за новорожденным- как умывать малыша и ухаживать за пупочной ранкой, как менять подгузники, ухаживать за ногтями, кормить ребенка и гулять с ним.

Когда приходит время возвращаться домой с новорожденным из роддома, каждая мама начинает переживать о том, как она будет ухаживать за ребенком без помощи и компетентных советов медицинского персонала.

Утренний туалет новорожденного

Как и каждый человек, малыш должен утром умываться, безусловно, в этом ему должна помочь мама.



После того, как новорожденный проснется, разденьте его догола, пусть немного полежит голенький, это полезно для кожи ребенка. Затем тщательно осмотрите малыша, проверьте, нет ли покраснений на коже, потницы. Если есть, то подготовьте детский крем, чтобы смазать проблемные места после умывания малыша.

МАЛЫША УМЫВАЮТ С ПОМОЩЬЮ ВАТНЫХ ДИСКОВ, СМОЧЕННЫХ В ТЕПЛОЙ КИПЯЧЕНОЙ ВОДИЧКЕ.

Умывание новорожденного проводят сверху вниз. Малыша умывают с помощью ватных дисков, смоченных в теплой кипяченой водичке.

Протереть малышу глазки, от внешнего края к внутреннему. Для гигиены каждого глаза рекомендуется брать новый ватный диск.

Аккуратно протереть влажным ватным диском личико ребенка, ушки – снаружи, кожу за ушками, шейку.

Прислушайтесь к дыханию малыша, оно должно быть свободным. Если дыхание затруднено, прочистите нос малышу. Для этого можно использовать

специальный солевой раствор для детей до года и аспиратор (устройство, которое помогает отсасывать слизь). Кроме того, очистить носик от корочек можно с помощью двух небольших ватных жгутиков, смоченных в детском масле. Жгутики нужно аккуратно поочередно вставить в каждую ноздрю детского носа и прокрутить несколько раз. Если носик малыша дышит хорошо, тогда его не нужно чистить.

Затем необходимо протереть влажным ватным диском все складочки кожи малыша, заменить ребенку грязный подгузник на чистый, подмыть малыша или воспользовавшись детскими влажными салфетками для очищения кожи.

Уход за пупочной ранкой

В период новорожденности особое место на теле ребенка – это пупочная ранка, оно требует тщательного ухода.

Как правило, пупочную ранку обрабатывают один раз в день, можно это делать после купания, когда от воды все корочки размокнут и слизь вымоется.

Обработайте пупок перекисью водорода и антисептиком -хлоргексидин– для обработки пупка возьмите два ватных диска, один окуните в перекись, другой – в антисептик, сначала обработайте пупок перекисью, а потом антисептиком.

Важно! Если вы заметили, что кожа вокруг пупочной ранки воспалилась, обязательно обратитесь к врачу.

Подмывание новорожденного

Подмывать малыша под проточной водой нужно после каждой дефекации.

Удобно подмывать новорожденного так:

1. Положите малыша спиной на свое левое предплечье головой к вам.
2. Подставьте нижнюю часть туловища ребенка под проточную воду (предварительно проверьте тактильно температуру воды).
3. Подмывать ребенка необходимо в следующем порядке: сначала намыльте половые органы малыша детским мылом (лучше выбирать жидкое мыло для детей, им удобнее пользоваться), а затем ягодицы.
4. Потом тщательно смойте мыло водой, в том же порядке и промокните кожу ребенка полотенцем или пеленкой.

Если малыш только помочился в подгузник, то можно не подмывать его, а при смене подгузника воспользоваться влажными салфетками. Выбирайте специальные детские салфетки без ароматизаторов и спирта.

Смена подгузников



Чаще всего, мамы для ухода за детьми используют **одноразовые подгузники**. Есть несколько простых правил, которые важно соблюдать в этом случае:

- При их использовании помните, что ребенок не должен находиться в одном одноразовом подгузнике более 4-х часов.
- Надевать подгузник на новорожденного нужно так, чтобы пупочный остаток не был прикрыт. Это нужно для наиболее быстрого заживления пупочной ранки.
- Желательно, чтобы несколько часов в день малыш просто так лежал на пеленке без подгузника, чтобы кожа могла подышать.
- Также важно следить за тем, чтобы на коже под подгузником не образовались опрелости.

Для предотвращения опрелостей необходимо одевать малыша по погоде, то есть не перегревать его, а также можно использовать **специальный крем** под подгузник.

Купание новорожденного

Всех мам интересует вопрос: когда же можно **начинать купать ребенка** после выписки из роддома?

Купать ребенка можно сразу после выписки, но если вам сделали прививку БЦЖ, то в течение суток-двоих после прививки лучше не купать ребенка, чтобы не намочить место инъекции.



Вода для купания ребенка должна быть 37 градусов.

Время купания постепенно увеличиваем от 5 минут до 30-40 минут.

Ежедневно во время купания ребенка необходимо мыть ему половые органы и ягодицы, 1-2 раза в неделю нужно помыть с мылом всего малыша, а также вымыть ребенку голову специальным детским шампунем.

ВАЖНО! КУПАЙТЕ РЕБЕНКА ВСЕГДА С ОТКРЫТОЙ ДВЕРЬЮ В ВАННОЙ (НО БЕЗ СКВОЗНЯКА), БЛАГОДАРЯ ЭТОМУ РЕБЕНКУ БУДЕТ НЕ ТАК ХОЛОДНО ПОСЛЕ ТОГО, КАК ВЫ ЕГО ВЫТАЩИТЕ ИЗ ВОДЫ, ТАК КАК РАЗНИЦА ТЕМПЕРАТУР БУДЕТ НЕ СЛИШКОМ БОЛЬШАЯ.

Каждый раз опускать малыша в воду нужно медленно, начиная с ножек. В воде необходимо поддерживать все тело ребенка. Если вода во время купания попадет малышу в уши или глаза – это не страшно, это вполне естественно!

Уже с первых дней жизни вы можете начать легкое закаливание ребенка. Для этого, прежде чем начать купание малыша, подготовьте и поставьте в ванной сосуд с водой, температура которой будет на 0,5-1 градус ниже температуры воды в ванне. В конце купания полейте на ребенка из этого сосуда.

После купания малыша нужно промокнуть пеленкой или полотенцем, но не вытирать, так как эта процедура может повредить нежную детскую кожу.

Также нужно подготовить два небольших ватных жгутика и нежно вкрутить их в ушные раковины ребенка, чтобы вата впитала в себя ту воду, которая попала в уши во время купания. После того, как кожа ребенка высохнет, желателно обработать складки детским маслом.

Уход за ногтями новорожденного

Ухаживать за ногтями малыша необходимо 1-2 раза в неделю, так как ноготки у детей растут очень быстро. Для срезания ногтей нужно приобрести специальные ножницы с закругленными концами. На ногах ногти нужно срезать ровно, а на руках – закругляя края.

Прогулки с ребенком

В летнее время гулять с малышом можно на следующий день после выписки из роддома. Желательно оберегать ребенка от прямых солнечных лучей. Выходить на прогулку летом лучше или утром (до 10 часов утра), или вечером (после 18 часов), в это время не так жарко.

Зимой прогулки рекомендуют начинать через 2-3 дня после выписки из роддома. Если температура на улице ниже 10 градусов, с малышом лучше на прогулку не выходить.

Первая прогулка должна быть совсем короткой – 10-15 минут. Затем каждый день стоит гулять на 10 минут дольше.

Готовясь к прогулке с малышом, мамы обычно сомневаются, правильно ли они одели малыша. Чтобы не прогадать с одеждой, всегда нужно соблюдать простое правило – одежды на малыше должно быть столько, сколько и на вас, плюс еще один слой. Так малышу будет комфортно.

Конечно, во время прогулки стоит проверять состояние ребенка. Летом важно не перегреть малыша, если ребенок стал красным, значит, стоит что-то с него снять, ему жарко.

В зимнюю пору велика опасность замерзания. Если малыш замерз, у него будут холодные руки, ноги и нос, в таком случае не помешает дополнительное одеяло.

Кормление новорожденного

Сегодня рекомендуют мамам [кормить малыша](#) по требованию, чтобы наладить лактацию и установить индивидуально комфортный режим жизни для ребенка. Здоровый доношенный малыш обычно ест не чаще одного раза в два часа, он обязательно просыпается на ночные кормления.

Как одевать малыша

Как известно, новорожденных можно пеленать, а можно одевать в детскую одежду: ползунки, распашонки, комбинезоны. Сейчас все больше рекомендуют

использовать одежду, так как она позволяет малышу свободно двигаться, тем самым развивая свою опорно-двигательную систему.

ПЕЛЕНАТЬ ИЛИ ОДЕВАТЬ – ЭТО ВЫБОР РОДИТЕЛЕЙ, НА РАЗВИТИЕ МАЛЫША ЭТО НИКАК НЕ ПОВЛИЯЕТ, ВСЕ ЗАВИСИТ ОТ ВАШИХ ПРЕДПОЧТЕНИЙ И ЛИЧНОГО УДОБСТВА.

Но в пеленании также есть свои плюсы, исследования показали, что оно не вредно для развития ребенка: благодаря пеленанию малыш не будет будить себя движениями рук и ног.

Соблюдение микроклимата в доме

Поддержание здорового микроклимата в доме – это один из важных пунктов ухода за новорожденным. В квартире, где находится малыш, необходимо проводить влажную уборку минимум 1 раз в неделю, лучше чаще. Желательно избавиться от лишних пылесборников: ковров на стенах, штор, мягких игрушек, книг.

Температура в помещении должна быть не выше 22 градусов зимой и не выше 24 летом, для ночного сна лучше, чтобы температура была 19 градусов. Влажность воздуха должна быть в пределах 50-70%.

При таком микроклимате малышу будет легко дышать, у него в носу не будут образовываться корочки, ему будет очень комфортно спать.

Чтобы у вас вырос здоровый и счастливый малыш, нужно соблюдать все правила по уходу за новорожденным.

Теперь вы знаете, что собой представляет ежедневный уход за новорожденным, как умывать малыша и ухаживать за пупочной ранкой, как менять подгузники, ухаживать за ногтями, кормить ребенка и гулять с ним.