

 Szpital Uniwersytecki w Krakowie	<b>ZALECENIA PIELEŃNIARSKIE</b>  <b>Pielęgnacja noworodka</b>	10 styczeń 2022
		Strona 1 z 2

## Pielęgnacja noworodka

### I. Pielęgnacja pośladków

1. Zawsze podczas zmiany pieluszki kontroluj okolice pośladków,
2. Skóra powinna być czysta i sucha,
3. Do przemywania najlepiej użyj wody z dodatkiem środka myjącego, chusteczki pielęgnacyjne używaj ostrożnie i tylko na zdrową skórę (mogą powodować podrażnienia),
4. Przemywaj krocze w kierunku od przodu do tyłu (od cewki moczowej w kierunku odbytu)
5. Dokładnie przemyj wszystkie fałdki skórne i załamania,
6. Jeżeli skóra w okolicy pieluszkowej jest zdrowa lub łagodnie podrażniona do ochrony używaj maści natłuszczających (np. z allantoiną)
7. W razie wystąpienia zmian (odparzenia, zaczerwienienia) używaj kremu przeciw odparzeniom i częściej zmieniaj pieluszkę.  
Można wietrzyć pośladki (wystawiać pupę noworodka na działanie powietrza).
8. Zmiana pieluszek:
  - Przed karmieniem,
  - Jeżeli jest taka potrzeba nie wcześniej niż 30 minut po karmieniu,

Pamiętaj że pieluszki jednorazowe mogą powodować miejscowe podrażnienia.

Należy wtedy zastosować inny rodzaj pieluszek .

### II. Kąpiel dziecka.

1. Codziennie przemywaj ciepłą wodą twarz, oczy, okolice pośladkową oraz miejsca zgięciowe
2. Kąpiel powinna być wykonywana **nie częściej** niż 2-3 razy w tygodniu lub w razie potrzeby. Częstsza kąpiel może wysuszać skórę dziecka.
3. Kąpiel może być stosowana przed odpadnięciem kikuta pępowinowego.
4. Jeżeli kikut pępowinowy jest nieodpadnięty, woda w wanience nie powinna go zakrywać.  
Po odpadnięciu kikuta można nalać trochę więcej wody.
5. Przygotuj wszystkie potrzebne rzeczy do kąpieli w zasięgu ręki.
6. W pomieszczeniu gdzie odbywa się kąpiel nie może być przeciągów.
7. Temperatura pomieszczenia nie może być niższa niż 21 – 22<sup>0</sup>C.
8. Temperatura wody do kąpieli nie powinna przekraczać 37<sup>0</sup>C (35 – 37<sup>0</sup>C).
9. Używaj płynnych środków myjących zawierających emolienty, najlepiej wlewając małą ilość do wody.

10. Zanurz dziecko w wodzie z dodatkiem środka myjącego i delikatnie je obmywaj ale nie pocieraj skóry (możliwość uszkodzenia naskórka).
11. Rozpocznij mycie od twarzy a na samym końcu umyj pośladki.
12. Zaleca się aby kąpiel nie trwała dłużej niż 5 minut.
13. Po kąpeli owiń dziecko w ciepły ręcznik. Nie pocieraj skóry w celu osuszenia tylko delikatnie dotykaj ręcznik do skóry, jeśli jest taka potrzeba zmień ręcznik na suchy.
14. Szczególnie zwróć uwagę na osuszenie miejsc zagięć skórnych (szyja, pachy, pachwiny). Dobrze osusz kikut pępowinowy.
15. Po osuszeniu ubierz dziecko i owiń je w ciepły kocyk. Nie zapomnij ubrać czapeczki do czasu wyschnięcia włosów na głowie.

### **III. Pielęgnacja skóry po kąpeli.**

Jeżeli twoje dziecko ma gładką, zdrową i nieprzesuszoną skórę, nie ma potrzeby stosowania środków pielęgnacyjnych.

Jeżeli skóra jest sucha, łuszcząca się można zastosować emolienty.

### **IV. Pielęgnacja kikut pępowinowego:**

1. Pielęgnację kikut pępowinowego należy wykonywać aż do momentu odpadnięcia oraz zagojenia się miejsca przyczepu kikut pępowinowego jeden raz dziennie, po kąpeli lub po kontakcie kikut z moczem i/ lub stolcem.
2. Każdorazowo po kąpeli i/lub toalecie noworodka dokładnie osusz miejsce przyczepu kikut pępowinowego czystym gazikiem.
3. Zakładaj pieluszkę tak, by kikut pępowinowy był zawsze na wierzchu (nie zakryty)

### **UWAGA!!! Mamo Tato**

Zawsze zwracaj uwagę na stan kikut pępowinowego pod kątem niepokojących zmian (zaczerwienienie, obrzęk pierścienia skórniego, pojawienie się ropnej wydzieliny, krwawienia czy pojawienia się nieprzyjemnego zapachu).

W razie pojawienia się w/w objawów skontaktuj się z położną środowiskową lub lekarzem

Zalecenia dotyczące pielęgnacji noworodka powstały na podstawie :

1. Standardu opieki medycznej nad noworodkiem w Polsce- wyd.IV.2021r

2. Konsultacja -dr hab. Dorota Pawlik z-ca kierownika O/K Neonatologii SU w Krakowie