

## Pielęgnacja małego dziecka



### **Pielęgnacja małego dziecka obecnie jest przedmiotem wielu różnych opinii.**

Zostało naukowo dowiedzione, że nasza skóra i błuzówki są obficie skolonizowane przez bakterie. Wiadomo też, że bakterie te są nam niezbędne, gdyż m.in. chronią przed drobnoustrojami wywołującymi choroby oraz dbają o prawidłowe funkcjonowanie układu immunologicznego. Tak więc wszelkie działania prowadzące do sterylizacji naszego środowiska zewnętrznego nie są korzystne.

### **Nie znaczy to jednak, że nie należy się myć!**

Codzienna kąpiel w delikatnych rodkach o odczynie kwaśnym nie zaburzających prawidłowego pH skóry (większość mydeł jest zasadowa) jest konieczna. Usuwa ona zuszczone naskórek, pot, wydzieliny gruczołów oraz zwykły brud, które to czynniki nie są przyjemne dla nas, ale nasze bakterie również w nich czują.

**Unikać jednak należy zbyt silnych rodków odkażających skórę i środowisko wokół nas,** chyba, że mamy do czynienia z urazem, chorobą, czy operacją, które takiego postępowania wymagają. Z tego względu nie ma potrzeby odkażania kikutą powiny u zdrowego noworodka przebywającego w domu, nie ma również wskazań do izolowania niemowlęcia od kontaktu ze zdrowymi zwierzętami domowymi, nie powinno się sterylizować zabawek czy otoczenia raczkującego dziecka.

A więc codzienna kąpiel – TAK, jeżeli czasem się ją opuści to też nic się nie stanie. Nie ma jednak

potrzeby czyszczenia uszu tzn. przewodu s?uchowego zewn?trznego za pomoc? pa?eczek, wyci?gania wydzieliny z nosa niemowl?cia je?li nie jest to nadmierna ilo?? utrudniaj?ca oddychanie przez nos i ssanie. Nie zaleca si?, nadmiernego doczyszczania okolic intymnych, – jest to bowiem cz?sta przyczyna podra?nie? zw?aszcza u dziewczynek. U zdrowych ch?opców nie ma potrzeby codziennego odci?gania napletka. Po k?pieli, je?li nie ma nadmiernej sucho?ci skóry, nie ma równie? potrzeby smarowania skóry balsamami. Jednak w razie skóry atopowej codzienna piel?gnacja emolientami jest konieczna i tu najlepiej poradzi? si? lekarza, jaki sposób piel?gnacji b?dzie najbardziej odpowiedni.

Dla niemowl?t i dzieci, które korzystaj? jeszcze z pieluszek dost?pne s? mokre chusteczki bardzo u?atwiaj?ce piel?gnaj? zw?aszcza gdy kupka i potrzeba zmiany pieluszki zdarzy si? poza domem. Jednak dobrze by?oby korzysta? z tych udogodnie? tylko w takich sytuacjach, w domu za? umy? pupk? wod?. Nadu?ywanie ?rodków chemicznych nie s?u?y zdrowiu skóry i jest cz?st? przyczyn? uczule?.

Dr n. med. Anna Wójtowicz specjalista pediatra alergolog

---

**Zamieszczone teksty stanowi? w?asno?? intelektualn? autorów, tym samym nie mog? by? wykorzystywane w ca?o?ci lub w cz??ci bez zgody autorów.**