



Medexpress, 2020-12-29 11:21

Jak prawidłowo pielęgnować różne typy skóry noworodków i niemowląt?



Gościem Iwony Schymalli była Agnieszka Kamińska-Nowak, prezes Ogólnopolskiego Stowarzyszenia Położnych Rodzinnych, specjalistka ds. pielęgniarstwa neonatologicznego i położniczo-ginekologicznego.

Medexpress: Czy są zasadnicze różnice w pielęgnacji skóry noworodka i niemowlęcia?

A.K.N.: Zasadnicze różnice w pielęgnacji skóry noworodka i niemowlęcia istnieją przede wszystkim ze względu na luźne połączenia warstw skóry u noworodka i jej, początkowo po porodzie, lekką zasadowość. Dodatkowo, u wcześniaków, czyli dzieci urodzonych przed 34.-36. tygodniem ciąży, zwiększona jest przepuszczalność i zdecydowanie zaburzona termoregulacja skóry. U takich wcześniaków i noworodków woda, którą użyjemy do mycia powinna być zdecydowanie ciepła i bez żadnych środków dodatkowych. Kąpiel powinna być szybka i sprawna z zastosowaniem delikatnych, bawełnianych wacików.

Jeśli chodzi o noworodka przenoszonego, urodzonego po 40. tygodniu ciąży, jego skóra będzie zdecydowanie zmacerowana, sucha, popękana, nie będzie ona jednak wymagała dodatkowego

natłuszczania, ale nawilżania. W tym przypadku będziemy stosować do kąpieli specjalne preparaty w płynie. U niemowląt (czyli po 28. dobie życia do końca 2. roku życia) nie stosujemy namydlenia mydłami skóry, stosujemy tylko specjalne nawilżające płyny do kąpieli (w zależności od typu skóry niemowlęcia). I przede wszystkim powinniśmy unikać podrażnień i uszkodzeń skóry, zapobiegać im. Czynniki drażniące to środki chemiczne piorące czy myjące. Powinny być one stosowane zgodnie z przeznaczeniem. Unikać należy także czynników mechanicznych jak tarcia oraz środków antyadhezyjnych. Czynniki fizyczne, takie jak wilgotność i temperatura, powinny być dostosowane do wieku dziecka. Optymalna temperatura dla niemowlęcia to między 19 a 21, maksymalnie 22°C. I tu należy też wspomnieć o wydalinach naturalnych (mocz i kał) gdzie norma częstotliwości w pierwszym miesiącu jest zdecydowanie wyższa (od 1 do 21 stolców) ze względu na adaptację układu pokarmowego. Dostosowujemy więc pielęgnację okolicy pieluszkowej skóry do częstotliwości oddawania kału – mycie najlepiej czystą wodą, bez stosowania chusteczek nawilżających. Warunki atmosferyczne są też dość istotne, ponieważ musimy dostosowywać się do pór roku. Zimą wychodzimy z niemowłkiem na krótki spacer i natłuszczamy delikatnie jego skórę, natomiast latem stosujemy środki nawilżające z odpowiednim filtrem.

Należy również zachować ostrożność przy stosowaniu preparatów kosmetyczno-leczniczych, ograniczyć zdecydowanie preparaty o działaniu antybakteryjnym i czyszczącym. Ważne jest zabezpieczenie u niemowląt podaży białek, kwasów tłuszczowych, cynku, biotyny czy witamin, ponieważ ich niedobory mogą być przyczyną niektórych schorzeń dermatologicznych. Ważne jest również utrzymanie właściwej flory bakteryjnej, unikanie ekspozycji na działanie promieni ultrafioletowych (należy stosować preparaty z filtrem UV).

Odpowiednio wprowadzamy odżywianie uzupełniające, a wcześniej co najmniej do końca 6. miesiąca dziecko powinno być karmione piersią.

Jeśli chodzi o okolice pieluszkową skóry duża grupa mam używa pudrów, balsamów pielęgnacyjnych czy łagodnych kremów ochronnych i należy też tu wspomnieć o pieluchomajtkach zawierających środki żelowe lub tzw. pieluchach wielorazowych, czyli pranych w środkach do tego przeznaczonych z dostosowaniem do typu skóry niemowlęcia.

Medexpress: W pielęgnacji skóry noworodków i niemowląt istotne jest mycie i kąpiele. Na co należy zwrócić uwagę wykonując te czynności?

A.K.N.: Wprowadzono pewne ograniczenia co do częstości kąpieli noworodków i niemowląt. Odeszliśmy od kąpieli noworodka zaraz po porodzie. Pierwsza kąpiel została odroczone co najmniej do 6 godzin, w wielu szpitalach są to 12-24 godziny, a nawet w ogóle z niej zrezygnowano na rzecz obmycia delikatnymi bawełnianymi wacikami i ciepłą, czystą wodą. Pracując z rodzicami noworodka w domu, pierwszą kąpiel możemy wykonać podczas pierwszej wizyty patronażowej położnej. Obecnie, w czasie pandemii, wizyta ta została skrócona, rodzice są więc wcześniej instruowani na temat kąpieli noworodka w domu. Pierwsza kąpiel jest więc odraczana do momentu ustabilizowania się temperatury ciała noworodka czy też wchłonięcia mazi płodowej, która ma za zadanie ochronić skórę. Należy też unikać stosowania środków do kąpieli przez pierwsze dwa tygodnie. Czyli kąpiemy dziecko w samej ciepłej wodzie lub wyłącznie w preparatach przeznaczonych do kąpieli od pierwszej doby życia. Do higieny powinny być stosowane wilgotne delikatne waciki bawełniane, nasączone ciepłą wodą (nie stosujemy chusteczek wilgotnych). Higiena całej powierzchni skóry powinna być wykonywana nie częściej niż dwa, maksymalnie 3 razy w tygodniu.

W późniejszym czasie do kąpieli możemy stosować tzw. mydła bez mydła o odpowiednim, obojętnym lub lekko kwaśnym pH, bez dodatku barwników czy substancji zapachowych. Klasyczne mydła nie powinny być stosowane do końca drugiego roku życia, ze względu na wysokie pH. Nie stosuje się także mydeł przeciwbakteryjnych ze względu na ich drażniące działanie i niekorzystny wpływ na kolonizację bakteryjną skóry noworodka. Stosowane preparaty używamy w niewielkich ilościach i zawsze dokładnie je spłukując.

Nie wymaga się natłuszczania noworodków i stosowania środków na atopowe zapalenie skóry (lecniczych), ponieważ one dostosowane są już do zmian skórnych typu AZS, dopiero wtedy gdy takowe zostaną rozpoznane.

Medexpress: Jakie typy skóry u niemowląt wyróżniamy? Na co należy zwrócić uwagę przy wyborze preparatów do pielęgnacji skóry niemowląt?

A.K.N.: U niemowląt wydzielono 4 typy skóry. I pierwszy typ, najrzadszy, to skóra normalna. Taka skóra jest u niemowląt najrzadsza, ponieważ zwykle kształtuje się ona dopiero w późniejszym etapie okresu niemowlęcego. Jest to skóra bardzo delikatna bez krostek, szorstkości, zaróżowiona i elastyczna. Taki rodzaj skóry nie wymaga dodatkowych zabiegów. Należy jednak przestrzegać przy niej zasad pielęgnacyjnych.

Kolejny typ to skóra sucha. Ona najczęściej występuje w okresie noworodkowym i wczesnym okresie niemowlęcym – ze względu na brak warstwy hydrolipidowej oraz ze względu na czas adaptacyjny skóry noworodka. Ten typ charakteryzuje się szorstkością, łuszczeniem się, czasem bolesnym podrażnieniem. Przy tego typu skórze noworodka stosujemy preparaty zawierające ceramidy odbudowujące warstwę hydrolipidową skóry oraz – ewentualnie – emolienty. Pielęgnacja polega tu przede wszystkim na nawilżaniu, odżywianiu i delikatnym natłuszczaniu, dostosowywaniu preparatów do pory roku. Ubiór szczególnie we wczesno-niemowlęcym okresie powinien być z naturalnych tkanin, wypranych w odpowiednich preparatach i wyprasowanych.

Kolejny typ skóry to skóra wrażliwa. Pojawia się ona na skutek działania czynników szkodliwych dla skóry, takich jak suche powietrze, dym papierosowy, substancje chemiczne (w ich przypadku często pojawiają się odczyny kontaktowe na skórze, których nie należy mylić z chorobami dermatologicznymi). I tu stosujemy delikatne preparaty hypoalergiczne, nawilżające, takie, które łagodzą podrażnienia i które tworzą warstwę ochronną.

Ostatni rodzaj skóry to skóra atopowa. U 20 procent niemowląt pojawia się ona w pierwszych 6 miesiącach życia. Skóra atopowa może powstać na skutek stosowania detergentów czy ekspozycji na niekorzystne warunki środowiskowe. Przyczyny bywają także rodzinne, bo aż w 40 procentach skóra atopowa może być dziedziczona. Może ona powstać także w skutek alergenów pokarmowych. Zaostrzenia najczęściej występują do 2. roku życia. Po tym czasie łagodnieją. Cechy skóry atopowe to suchość, łuszczenie, wysypka, żółte krostki, świąd, czasem pęcherzyki z zaczerwienieniem. Tu należy skonsultować się z dermatologiem, ponieważ może być konieczne wdrożenie odpowiedniego leczenia.

Medexpress: Dziękujemy bardzo za te informacje. I przypominam Państwu, że na Medexpress.pl można znaleźć wszelkie informacje na temat konkursu z nagrodami dla pielęgniarek i położnych. Wystarczy odpowiedzieć na kilka pytań, by otrzymać atrakcyjne nagrody.

Aby wziąć udział w konkursie edukacyjnym dla pielęgniarek i położnych - kliknij na poniższy baner:



*Cudowne chwile
ze zdrową skórą*

CUDOCCELL^{MAX}

KONKURS

do wygrania:
x 20 zestawów produktów

konkurs trwa
od 15.12 do 15.01.2021

nawilża* **regeneruje*** **chroni***

*na podstawie badań przeprowadzonych dla produktu CUDOCCELL MAX