

Уход за ребенком первого года жизни

**ГБОУ ВПО Первый МГМУ им. И.М.Сеченова
кафедра детских болезней**

доцент Н.А. Белоусова

ПЛАН ЛЕКЦИИ

1. Основы ухода
2. Требования к помещению, одежде ребенка
3. Пеленание
4. Особенности кожных покровов
5. Функции кожи
6. Основные принципы ухода
7. Косметические средства для ухода за кожей
8. Утренний туалет
9. Купание ребенка
10. Пеленочный дерматит: клиника, профилактика, лечение
11. Выработка у ребенка гигиенических навыков

У ребенка первого года жизни все системы организма находятся в состоянии неустойчивого равновесия, что требует создания оптимальных условий и организации специального ухода за малышом.

Основа ухода – соблюдение чистоты:

- помещения, в котором находится ребенок**
- предметов ухода**
- личной гигиены ухаживающих**



**Температура воздуха
в помещении должна
быть 20-22 градуса,
влажность – 40-60%.**

**Ребенок должен
находиться в
собственной кроватке. В кроватку кладут
жесткий матрас, который накрывают
простынкой.**

Одежда ребенка должна защищать его от большой потери тепла, но в то же время не вызывать перегревания и не стеснять движений. Предпочтительно использовать натуральные материалы (хлопчатобумажные ткани, трикотаж, шерсть).



Доношенного ребенка в первые 2-3 дня пеленают с руками, в последующем – руки оставляют свободными. Тугое пеленание не применяется: ребенок должен свободно двигаться. При необходимости применяют свободное пеленание (вплоть до года, если это необходимо).



**На 3-4 недели жизни (иногда - раньше)
ребенку надевают ползунки
или комбинезон.**



Особенности кожи новорожденного:

- тонкий и чувствительный роговой слой эпидермиса
- слабая связь между эпидермисом и дермой за счет рыхлой и нежной базальной мембрана
- хорошо развитая капиллярная сеть

Функции кожи:

- **Защитная (снижена – тонкий эпидермис и низкая активность местного иммунитета)**
- **Резорбционная (повышена)**
- **Терморегулирующая (развита слабо – теплоотдача доминирует над теплопродукцией, потовые железы функционируют недостаточно)**
- **Дыхательная (в 8 раз активнее, чем у детей старшего возраста)**
- **Витамин D-образующая**

Уход за кожей включает:

- Удаление продуктов жизнедеятельности (мочи, кала)
- Очищение кожи щадящими моющими средствами (шампуни, пены для ванны, мыло, лосьоны)
- Защиту кожи от действия раздражающих факторов (масла, присыпки, кремы)

Косметические средства для ухода за кожей ребенка:

- Пена для купания мягко очищает кожу, не разрушая ее защитного слоя
- Масло наносится для более эффективного увлажнения кожи
- Присыпки предназначены для удаления с кожи излишков влаги и предохраняют от потертостей
- Увлажняющий крем предохраняет кожу от высыхания и потертостей
- Крем для предотвращения раздражения кожи, возникающего при использовании пеленок. Увлажняет кожу и создает стойкий защитный эффект.

УТРЕННИЙ ТУАЛЕТ



Утреннее умывание выполняется по принципу «сверху – вниз». Вначале промывают глаза ребенка ватным тампоном, смоченным в кипяченой воде, от наружного угла глаза к внутреннему. Для каждого глаза используют отдельный тампон.



Туалет носа производят смоченным в масле , воде или физ.растворе ватным жгутиком, который вводят в носовой ход нежными винтообразными движениями. При этом другой рукой поддерживают голову ребенка. Для каждого носового хода используют отдельный жгутик. Чистить нос нужно каждый день, иногда - несколько раз, если образуется много корочек.

Ушные раковины и наружные слуховые проходы очищают сухим ватным жгутиком или палочкой только в пределах видимости один раз в 3-4 дня.



Складки кожи за ушами, на шее, в подмышечных впадинах, локтевых сгибах, в паховых и подколенных областях обрабатывают ватным тампоном, смоченным маслом. Масла берут немного, пока обрабатывается кожа оно должно полностью впитаться.



У новорожденного в первые две недели идет физиологический процесс заживления пупочной ранки. В этот период ее обрабатывают ежедневно. Ватную палочку обильно смачивают 3% раствором перекиси водорода и касаются ею пупка, другой рукой в это время немного растягивают кожу на животе, чтобы пупочная ранка приоткрылась.



После этого новой палочкой промокают перекись водорода, удаляют размокшие и отслоившиеся корочки. Затем смазывают пупочную ранку и кожу на 3-5 мм вокруг пупка 1% спиртовым раствором бриллиантового зеленого.



Уход за ногтями удобнее осуществлять после купания, когда они более мягкие. Ножницы обрабатывают спиртом. На ногах ногти обрезают ровно, а на руках - закругляя уголки.



КУПАНИЕ РЕБЕНКА

После отделения пуповинного остатка при неосложненном течении эпителизации пупочной ранки новорожденного следует купать ежедневно.

Продолжительность гигиенической ванны – 5 минут, температура воды – 36.5-37.0 градусов.

Пока не заживет пупочная ранка, в воду добавляют раствор перманганата калия до слаборозового цвета (кристаллы предварительно растворяют).

Купать ребенка с применением моющих средств нужно не чаще 2-3 раз в неделю. В конце купания ребенка обливают водой, температура которой на 1-2 градуса ниже температуры воды в ванне.



Голову ребенка располагают на согнутой в локте руке. Этой же рукой его держат за верхнюю треть плеча. Другой рукой поддерживают за ягодицы и бедра. Ребенка опускают в воду медленно, начиная с ягодиц, затем все тело. Вода не должна попадать в уши, нос и рот.



Намыленной ладонью волосистую часть головы моют в направлении от лба к затылку. После головы моют тело и конечности.



Далее ребенка переворачивают и моют спину и затылок.

После купания кожу ребенка осушают полотенцем мягкими промокательными движениями, вытирают голову.



Подмывать ребенка нужно регулярно в направлении спереди назад, после дефекации - обязательно.

Пеленочный дерматит –

периодически возникающий патологический процесс, провоцируемый воздействием на кожу механических (ткань пеленок), физических (влажность и температура), химических (аммиак, пищеварительные ферменты, соли желчных кислот) и микробных факторов, действующих внутри пеленок или подгузника.

ЦИКЛИЧЕСКИЙ ПРОЦЕСС ПЕЛЕНОЧНОГО ДЕРМАТИТА

ЗДОРОВАЯ КОЖА

АКТИВИЗИРУЮЩИЕ ФАКТОРЫ:

- повышенная влажность кожи
- ферменты кала
- взаимодействие мочи и кала (увеличение активности ферментов из-за повышения pH)

УХОД ЗА КОЖЕЙ:

- улучшенная гигиена (купание, подмывание)
- применение современных подгузников
- использование медикаментов

ПЕРВОНАЧАЛЬНО
ПОВРЕЖДЕННАЯ
КОЖА

ПЕЛЕНОЧНЫЙ
ДЕРМАТИТ

•ВОЗНИКНОВЕНИЕ ПЕЛЕНОЧНОГО ДЕРМАТИТА:

- механическое раздражение (натирание)
- химическое раздражение (повышение проницаемости кожи для химических веществ)
- биологическое раздражение (ферменты фекалий)
- инфекция (*Candida albicans*)



Пеленочный дерматит ЛЕГКОЙ степени

Покраснение, нерезко выраженная сыпь и шелушение в области гениталий, ягодиц, нижних отделов живота.



Пеленочный дерматит СРЕДНЕЙ степени тяжести

Покраснение, папулы, пустулы, эрозии, в кожных складках могут образовываться инфильтраты.



Пеленочный дерматит ТЯЖЕЛОЙ степени

На фоне выраженной гиперемии образуются инфильтраты, папулы, пузырьки, мокнутие, глубокие эрозии, изъязвления, возможно инфицирование бактериями и *Candida albicans*.

Профилактика пеленочного дерматита:

- **Соблюдение правил гигиены**
- **Использование защитного крема «под подгузник»**

Лечение пеленочного дерматита:

- **Улучшенная гигиена (купание, подмывание)**
- **Применение одноразовых подгузников с их обязательной сменой через каждые 3-4 часа**
- **Воздушные ванны (хождение без подгузника)!**
- **Мазь Деситин, мазь Бепантен**



Преимущества современных одноразовых подгузников, внутренний слой которых содержит гелеобразующий материал с повышенной влагопоглощающей способностью:

- Быстро впитывают мочу, удерживают ее во внутреннем слое; кожа ребенка остается сухой
- Уровень pH кожи приближается к нормальному
- Предотвращается смешивание кала с мочой (при взаимодействии мочи и кала резко возрастает активность раздражающих кожу ферментов, содержащихся в кале)
- Комфортны для ребенка, практичны и удобны

Выработка у ребенка гигиенических навыков (оптимальный возраст – 12-18 месяцев.)

Ребенок к этому времени должен:

- **Уметь ходить**
- **Нагибаться и поднимать с пола небольшие предметы**
- **Понимать обращенную к нему речь**
- **Говорить отдельные слова**
- **Пытаться объяснить, что он хочет**