

Zalecenia pielęgniarские dotyczące pielęgnacji noworodka

I. Pielęgnacja kikut pępowiny:

1. Pielęgnację kikut pępowiny należy wykonywać raz dziennie aż do czasu odpadnięcia oraz do czasu zagojenia się miejsca przyczepu kikut, po kąpieli lub po kontakcie kikut z moczem lub stolcem. Każdorazowo po kąpieli należy dokładnie osuszyć miejsce przyczepu czystym gazikiem. Należy czyścić dokładnie dno pępka wokół nasady kikut, gdyż tam najczęściej gromadzą i namnażają się bakterie.
2. Podczas zakładania pieluszki jednorazowej zakładaj ją tak, aby kikut pępowinowy był zawsze odkryty, na wierzchu, dzięki temu będzie miał dostęp do powietrza i nie będzie podrażniony.
3. Obserwuj kikut pępowiny pod kątem niepokojących objawów: zaczerwienienia pierścienia skórniego wokół pępka, obrzęku, ropnej wydzieliny, nieprzyjemnego zapachu. Jeżeli występują takie objawy należy: wprowadzić do pielęgnacji odpowiedni środek odkażający i skontaktować się z położną środowiskową lub lekarzem. Prawidłowo gojący się kikut pępowiny powinien odpaść w ciągu 10-14 dni, może także odpaść wcześniej.

II. Kąpiel dziecka:

1. Codziennie przemywaj ciepłą wodą twarz, oczy, okolice pośladkową oraz okolice zgięciowe (szyja, pachy, pachwiny). Pamiętaj o ich osuszeniu.
2. Kąpiel może być wykonywana co drugi dzień, czyli ok. 2-3 razy w tygodniu lub w razie potrzeby. Kąpiel oprócz funkcji oczyszczenia skóry, pełni także inne funkcje- pozwala dziecku się zrelaksować i wyciszyć, dlatego dostosuj częstotliwość i porę kąpieli do potrzeb dziecka.
3. Kąpiel może być stosowana przed odpadnięciem kikut pępowiny, pamiętaj, aby go dokładnie osuszyć po kąpieli.
4. Optymalny czas kąpieli to 5-10 minut, temperatura wody 35 - 37oC, otoczenia ok.22-24 oC , w pomieszczeniu, gdzie odbywa się kąpiel nie może być przeciągów.
5. Podczas kąpieli stosuj płynne środki myjące przeznaczone dla skóry noworodków i niemowląt, zapewniające jej nawilżenie. Stosuj zasadę im mniej, tym lepiej.

6. Wanienkę należy umieścić w bezpiecznym miejscu.
7. Podczas kąpieli nie pocieraj skóry dziecka, tylko delikatnie ją obmywaj, ze względu na ryzyko uszkodzenia naskórka.
8. Przystępując do kąpieli należy delikatnie, ale pewnie uchwycić maluszka (pod pachami) i powoli zanurzyć w wodzie. Umyj twarz, główkę, szyję, ręce, brzusek, nóżki oraz miejsca intymne.
9. Po kąpieli osusz dziecko, delikatnie dotykając ręcznikiem skóry dziecka, nie pocieraj skóry.
10. Dokładnie osusz okolice kikutu pępowinowego oraz zagięcia skórne (pachy, szyja, pachwiny).
11. Jeżeli dziecko ma gładką, zdrową, nawilżoną, wolną od podrażnień skórę nie ma potrzeby stosowania dodatkowych balsamów, emolientów.
12. Po osuszeniu dziecka należy je ubrać, owinąć kocykiem, na główkę można założyć cienką czapkę do czasu wyschnięcia włosków na głowie.
13. Należy pamiętać, aby w pierwszym miesiącu życia nie obcinać paznokci dziecka, jeśli są ostre, można je nawilżać niewielką ilością oliwki (tylko paznokcie), po czym jeśli nadal się nie złuszczą można pilniczkiem dla niemowląt delikatnie je wygładzić, spiłować.

III. Pielęgnacja pośladków:

1. Zmieniając pieluszkę sprawdzamy okolice pośladków, wszystkie fałdki. Skóra pośladków powinna być czysta i sucha.
2. Do mycia pośladków należy używać wody z dodatkiem środków myjących, ograniczamy używanie chusteczek pielęgnacyjnych, częściej używamy ich w sytuacjach, kiedy dziecko jest poza domem.
3. Początkowo używamy do pielęgnacji maści natłuszczających, jedynie w sytuacji wystąpienia zaczerwienienia lub podrażnień należy użyć kremu na odparzenia i pamiętać o częstej zmianie pieluchy.
4. Najlepiej zmieniać pieluchę przed karmieniem oraz jeżeli jest taka potrzeba po ok.30 min od karmienia.
5. Pieluszki jednorazowe mogą powodować miejscowe podrażnienia, należy wtedy zastosować inny rodzaj pieluch.

IV. Pielęgnacja twarzy:

1. Twarz noworodka przemywamy codziennie ciepłą wodą. Oczy dziecka myjemy ciepłą, w początkowych dniach najlepiej przegotowaną wodą miękkim gazikiem/płatkim kosmetycznym od zewnętrznego kącika oka do środka. Do każdego oka używamy osobny wacik/gazik, aby nie przenosić ewentualnych drobnoustrojów.
2. Aby zachować prawidłowe nawilżenie śluzówki nosa, należy unikać wysokich temperatur otoczenia i niskich wilgotności powietrza. W razie potrzeby można zastosować do noska dziecka roztwór soli fizjologicznej/ roztwór soli morskiej dla niemowląt.
3. Mycie uszu dziecka ogranicza się do umycia zewnętrznej małżowiny usznej wacikiem/płatkim kosmetycznym dobrze wyciśniętym, aby nie zalewać wodą przewodów słuchowych.
4. Nie należy wkładać żadnych przedmiotów (w tym patyczków z watą) ani do ucha, ani do nosa dziecka.

V. Zalecenia żywieniowe:

Zalecane karmienie noworodka piersią, na żądanie (8-12 x na dobę) w razie konieczności dokarmianie co 3 godziny odciągniętym pokarmem mamy, ewentualnie uzupełnionym mlekiem modyfikowanym początkowym (zalecenie lekarskie) stopniowe zwiększanie porcji karmień lub zgodnie z lekarskimi zaleceniami żywieniowymi, jeśli lekarz zaleci inaczej. Dalsza modyfikacja karmień wg zaleceń położnej środowiskowo-rodzinnej i pediatry POZ.

Poinformowano matkę o korzyściach karmienia naturalnego i przeprowadzono instruktaż w zakresie przystawiania do piersi i zasad karmienia piersią oraz udzielono informacji o możliwych czynnikach ryzyka dla dziecka i dla matki wynikających ze stosowania preparatów do początkowego żywienia niemowląt.

- VI. Niezwłocznie po wyjściu ze szpitala należy skontaktować się z położną środowiskową.
- VII. Rodzice/opiekunowie pouczeni odnośnie przyjmowania zaleconych leków, zaleceń terapeutycznych.
- VIII. Poinformowano matkę o korzyściach stosowania szczepień ochronnych.