

ТЕМА:

Правила гигиенического ухода за новорожденными (уход за кожей, слизистой, обработка пупочной ранки, гигиенические ванны)

УХОД ЗА КОЖЕЙ ЗДОРОВОГО НОВОРОЖДЕННОГО РЕБЕНКА:

- ▣ Адекватный и регулярный уход за кожей новорожденного – это необходимое условие поддержания здоровья ребенка, профилактики различных заболеваний; важный элемент закаливания, гигиенического воспитания и психо - эмоционального контакта в семье. Основными компонентами повседневного ухода за кожей являются: купание, ежедневный туалет лица (умывание), глаз, носа, ушей; уход за промежностью и перианальной областью (подмывание); применение специальных средств профилактики высыхания, раздражения, аллергических реакций.

КУПАНИЕ

- ▣ Общие принципы купания новорожденных:
- ▣ Перед купанием младенцев необходимо соблюдать следующие санитарногигиенические мероприятия:
 - ▣ - Мытье рук персоналом с использованием антибактериальных средств.
 - ▣ - Для безопасности медицинских работников рекомендуется использовать одноразовые перчатки во время первого купания новорожденного. Материнская кровь, следы которой нередко остаются на коже новорожденных детей, амниотическая жидкость, загрязненная этой кровью, могут стать источниками инфекции для медицинских работников
 - ▣ - Оборудование для купания необходимо дезинфицировать до и после каждого использования, т.к. ванночка для купания может быть обсеменена условно-патогенными микроорганизмами
 - ▣ - Контроль окружающей среды.

- ▣ Благодаря тщательному контролю за условиями окружающей среды можно уменьшить потери тепла новорожденным при купании: температура воды для купания от $36,5^{\circ}\text{C}$ до $37,5^{\circ}\text{C}$ (использовать термометр); температура в помещении 24°C ; закрытая дверь в помещении, в котором проводится купание; для обсушивания новорожденного использовать предварительно подогретые пеленки (А).

- Используйте для купания теплую водопроводную воду . Купание только в воде по сравнению с купанием в воде с использованием детских моющих средств не показало отличий в степени микробной колонизации кожи после данной процедуры как у недоношенных, так и доношенных новорожденных. Со временем колонизация кожи усиливается независимо от использования очищающих средств во время купания . Отличий в трансэпидермальной потере влаги (ТЭПВ) у младенцев, которых купали только в чистой воде или в воде с добавлением моющего средства, не выявлено .

Общие рекомендации по выбору очищающих средств

- ▣ 1. Необходимо использовать моющие средства с составом наиболее близким к физиологическим свойствам кожи в этот период (с нейтральным или немного кислым значением pH (5,5)).
- ▣ 2. Моющее средство не должно попадать на слизистую глаз.

- 3. Необходимо выбирать моющее средство с минимальным содержанием стабилизирующих компонентов, безопасное и хорошо переносимое новорожденными. В жидкое мыло или косметические средства с высоким содержанием воды обычно добавляют консерванты, которые предотвращают чрезмерное размножение микроорганизмов в них. Однако эти вещества могут иметь нежелательные реакции, вызывая аллергический или ирритативный контактный дерматит

- ▣ 4. По возможности нужно избегать использования антибактериального мыла. Антибактериальное мыло не рекомендуется использовать у новорожденных в первую очередь из-за его потенциального отрицательного воздействия на нормальную колонизацию кожи

Процедура купания.

- ▣ Можно использовать следующие методики купания:
- ▣ а) Купание в ванночке с погружением. Чтобы обеспечить равномерное согревание ребенка и снизить потерю тепла, необходимо осторожно поместить младенца в ванночку, крепко поддерживая под ягодицами и задней частью шеи, не погружая при этом голову и шею . Сначала умойте лицо теплой водой, используя чистую мягкую ткань, затем остальные части тела от головы до ног. После этого осторожно облейте (ополосните) ребенка приготовленной теплой чистой водой.

- ▣ б) Купание в пеленке. Заверните младенца в пеленку или мягкое полотенце, придав ему слегка согнутое положение, погрузите аккуратно в ванночку с теплой водой и затем постепенно разворачивайте и мойте каждую часть тела. Купание в пеленке усиливает ощущение безопасности, так как при погружении младенцев в ванночку может повышаться их двигательная активность. Такое купание позволяет удерживать младенца в стабильном положении на протяжении всей процедуры и снижает риск случайных движений. Оно также позволяет уменьшить родительский стресс, поскольку при купании новорожденный ведет себя более спокойно

Первое купание.

- Сразу после родов ребенка следует обсушить (без растирания) сухой мягкой тканью. Целью первого купания или обмывания является удаление загрязнений кровью и первородным калом, при этом не затрагивая остатки первородной смазки.

- ▣ 1. Первое купание может быть осуществлено только тогда, когда ребенок способен удерживать температуру тела и у него стабильные показатели дыхания и гемодинамики . Купание доношенных младенцев сразу после рождения может оказать негативное влияние на терморегуляцию и кардиореспираторную адаптацию в переходный период. Если состояние ребенка вызывает сомнение у врача, желательно отложить первое купание на 2 часа и более, чтобы убедиться, что процесс адаптации новорожденного протекает удовлетворительно

- 2. Слишком раннее купание может увеличить гипотермию, затруднить контакт «кожа-к-коже» и старт грудного вскармливания
- 3. Доношенных здоровых младенцев при необходимости можно купать по меньшей мере через 1 час после рождения и достижения температуры тела в подмышечной впадине $36,8^{\circ}\text{C}$ (А).
- 4. Для новорожденных с легкой степенью недоношенности (34–36 недель гестации) рекомендуется отложить первое купание до достижения способности удерживать тепло (по меньшей мере 2-4 часа после рождения)

- 5. Купание можно проводить у постели роженицы или в палате новорожденных, если применяется контроль за условиями окружающей среды, описанный выше
- . 6. Медицинские работники должны использовать перчатки .
- 7. Преимущества какого-либо источника воды для купания доношенных новорожденных не установлены. Обычно используют водопроводную воду , соответствующую гигиеническим стандартам.

- 8. Не рекомендуется удалять с кожи первородную смазку. При загрязнении новорожденного кровью, первородным калом, нужно осторожно смыть загрязнение без сильного трения, которое может удалить первородную смазку .
- 9. После первого купания ребенка обсушивают полотенцем, выкладывают на грудь матери и покрывают мягкой тканью.

Рутинное купание

- ▣ Решения относительно частоты и времени купания должны основываться на индивидуальных особенностях новорожденного с учетом мнения членов семьи, климатических условий и местных традиций
 1. Частота купания здоровых младенцев не менее 2 – 3 раз в неделю. Вечерняя ванна улучшает сон, доставляет ребенку удовольствие, обеспечивает мягкую тактильную стимуляцию и эмоциональную связь ребенок-родители.
 2. Ребенка можно купать до отпадения пуповинного остатка; это не причиняет вреда здоровому ребенку .

- ▣ 3. Установлено, что параметры барьерных свойств кожи идентичны при купании и при обтирании ее влажной тканью или губкой, однако предпочтение следует отдавать купанию .
- ▣ 4. Для купания детей первого месяца жизни рекомендована продолжительность ванны – 5-10 мин, хотя для более старших детей допустимо более продолжительное купание.

- 5. Необходимо проводить разъяснительную работу среди родителей и членов семьи о важности соблюдения правил безопасности при купании. Ни в коем случае нельзя оставлять младенца в ванночке одного, даже если используется сидячая ванна. Необходимо перемешать воду в ванночке для достижения оптимальной температуры. Обязательно проверить температуру воды термометром .
- 6. В домашних условиях безопасность от инфекций гарантируется содержанием детской ванны и плавающих игрушек в чистоте; в условиях стационара рекомендуется дезинфекция ванн

- ▣ 7. Не рекомендуется использовать мыла. Мыла имеют щелочную реакцию, сушат кожу, удаляют ее естественную защиту, способствуют развитию раздражения, эритемы, зуда.
- ▣ 8. Рекомендуется использовать специальные синтетические моющие средства для детей, которые имеют нейтральный или кислый рН, содержат эмоленты (смягчающие средства) и защитные факторы. Детские жидкие моющие средства не нарушают процессов естественного созревания кожи.

- ▣ 9. Необходимо читать инструкции на этикетках, предпочтение отдавать клинически проверенным средствам.
- ▣ 10. Один или два раза в неделю обычно используется средство для купания и шампунь. Шампуни должны соответствовать тем же требованиям безопасности, что и средства для купания младенцев и не должны раздражать глаза . Выберите для купания средства, которые оказывают мягкое воздействие и не раздражают кожу и глаза

Процедуры после купания:

- ▣ 1. Обсушите младенца, используя мягкую ткань; поскольку кожа новорожденных чувствительна и ранима при обсушивании ее следует промокать, а не растирать .
- ▣ 2. Если после купания обнаруживается сухость, шелушение или повреждение кожи, на эту область перед одеванием можно нанести смягчающее средство. Было доказано, что смягчающие средства защищают целостность кожного барьера.
- ▣ 3. При более серьезном поражении кожи (трещины, сильное шелушение) следует обратиться к врачу
- ▣ 4. Сразу после обсушивания нужно надеть на ребенка подгузник, шапочку и завернуть в теплые пеленки

Ежедневный гигиенический уход за кожей новорожденного.

- ▣ 1. Для очищения кожи век и периорбитальных областей используйте стерильные ватные тампоны или диски, смоченные в теплой стерильной воде и отжатые. Протирайте область глаз в направлении от наружного к внутреннему углу глаза. Каждый глаз протирайте отдельным диском. Далее промокните кожу сухими тампонами, следуя таким же приёмам
- ▣ 2. Туалет носа проводят с помощью стерильных ватных дисков, скрученных в тонкие жгутики и смоченных детским косметическим маслом. Для каждого носового хода используйте отдельный ватный жгутик, вводя его вращательными движениями в носовой ход на расстояние 5-8 мм. Масло способствует размягчению скопившихся корочек и мягкому их отторжению. Такие манипуляции повторяйте несколько раз до полной санации носового хода.

- ▣ 3. Туалет наружного слухового прохода новорожденного следует проводить не чаще 1-2 раз в неделю с помощью ватного жгутика или ватной палочки с ограничителем. Необходимо удалять только видимую серу, скопившуюся в ушной раковине, проводя вращательные движения ватным жгутиком в одном направлении
- ▣ 4. Особого ухода требуют области шейных, подмышечных, паховых складок, лучезапястных, локтевых, коленных и голеностопных сгибов из-за риска развития опрелостей

- ▣ 5. При уходе за кожей складок используйте ватные диски или мягкую ткань, смоченные в теплой воде. При наличии повреждений кожи необходимо использовать теплую стерильную воду. Протирая области складок, избегайте давления и трения. Просушите области складок сухим ватным диском или мягкой хлопчатобумажной тканью, после чего нанесите детское смягчающее средство (эмолент). Следует использовать только проверенные средства.
- ▣ 6. Возможно регулярное использование специальных влажных детских салфеток для очищения кожи промежности и перианальной области новорожденных. Поскольку многие салфетки содержат консерванты (как правило, methylisothiazolinone) у некоторых особо чувствительных детей возможно раздражение кожи – таких младенцев рекомендуют подмывать ватными шариками, смоченными теплой кипяченой водой. У подавляющего большинства детей влажные детские салфетки могут быть использованы при каждой смене подгузников

- 7. Эмоленты (смягчающие средства) могут быть использованы для профилактики раздражения кожи при ежедневном уходе, особенно при риске развития атопического дерматита, эти средства могут использоваться не менее 2-х раз в неделю (после купания). Их следует наносить тонким слоем (чтобы избежать эффекта окклюзии), избежать накопления в складках кожи .
- 8. Выбор эмолентов должен быть адаптирован к региональным особенностям климата и к временам года – так, в зимнее время следует использовать эмоленты, наиболее богатые смягчающими веществами

- ▣ 9. Участки кожи с элементами неонатального акне не следует смазывать, чтобы не провоцировать окклюзию фолликулов.
- ▣ 10. В качестве эмолентов могут использоваться специальные детские масла (во время и после купания, при массаже)

- 11. Не следует применять при уходе за кожей ребенка пищевые растительные масла – это может привести к нежелательным последствиям
- . 12. Специальные детские фармацевтические масла, включая минеральные – химически инертны, стабильны, достаточно безопасны, оказывают увлажняющий и смягчающий эффект. Эти масла могут использоваться тонким слоем в области кожных складок или добавляются в ванну при купании .

УХОД ЗА ПУПОВИННЫМ ОСТАТКОМ

- ▣ Пуповинный остаток является потенциальным местом проникновения инфекционных агентов . При правильном уходе культя пуповины мумифицируется и отпадает, а пупочная ранка заживает в течение первых двух недель жизни.

Первичный уход

- ▣ - Очистите пуповинный остаток и окружающую поверхность кожи при проведении первого купания.
- ▣ - Промойте зону культи пуповины водопроводной водой для удаления остатков крови и первородного кала. Воду для купания нужно кипятить только если существует сомнение в качестве воды. При необходимости, возможно минимальное использование очищающих средств
- ▣ - Тщательно осушите пуповинный остаток чистой мягкой тканью. Скрепленная зажимом культя пуповины должна оставаться чистой, сухой и открытой

- ▣ - Инфицирование, включая заражение метициллин-резистентными стафилококками (MRSA), можно предотвратить, соблюдая стандартные меры асептики и антисептики, в том числе гигиену рук. - Необходимо надеть перчатки перед контактом или уходом за пуповинным остатком и окружающей его зоной, а также перед началом первичного туалета младенца
- ▣ - Купание не замедляет отслойки пуповины и не повышает вероятности инфицирования . Однако ряд исследований показали, что у детей, которых обтирали губкой, пуповинный остаток отделялся значительно быстрее, чем у детей, которых купали в ванне

Текущий уход

- ▣ Пуповинный остаток должен высохнуть естественным путем. Это предполагает поддержание чистоты и сухости в области культи без регулярного нанесения средств местного применения. При уходе за пуповинным остатком необходимо соблюдать следующие правила
- ▣ - Соблюдайте методы асептики, тем самым, снижая риск инфицирования.
- ▣ - Мойте руки перед уходом за культей пуповины.
- ▣ - Пуповинный остаток должна оставаться на открытом воздухе или должен быть неплотно прикрыт чистой тканью. Поэтому, во избежание загрязнения мочой или калом, необходимо отвернуть подгузник от культи пуповины. - При загрязнении культи, необходимо очистить эту зону водой, а затем тщательно осушить этот участок чистой марлевой тканью для устранения избытка влаги.

- ▣ - За пуповинный остаток не следует «тянуть», он должен отделиться естественным путем. Отслойка пуповинного остатка у доношенных новорожденных, также как и у недоношенных младенцев, происходит быстрее при ведении его путем естественного высушивания, чем при его обработке спиртом. «Сухой» способ ведения позволяет избежать потенциального нарушения целостности кожных покровов в результате их раздражения химическим веществом. Анализ литературных данных показал, что в настоящее время нет достоверного свидетельства эффективности местного применения антибактериальных средств, поэтому не рекомендуется регулярное использование антибактериальных средств.

