



# Гигиена новорожденного

Никонова Виктория

врач-педиатр, к.м.н., старш.науч.сотр  
заместитель главного врача ГБУЗ МО «МОКДЦД»

# Приготовление к первому купанию

- **Время для купания** выбирайте по состоянию бодрствования малыша
- Он не должен быть плотно накормлен или голоден перед ванной



**Оптимально за 30-40 мин**

**ДО кормления**



## **Приготовьте отвар ромашки или череды**

(3 фильтр пакета заварите 1 стаканом кипятка,  
дайте настояться в течение 5-10 минут)



## **Приготовьте детскую ванночку**

Оптимальная температура воды - 37-38°C

*если у вас нет специального термометра удобней всего проверить температуру воды, погрузив в нее локоть, вы должны ощущать небольшое тепло*

Отвар ромашки или череды лучше добавить заранее, а потом разбавлять теплой проточной водой.



**Вам потребуется ковшик с водой из ванночки,**  
которой вы будете споласкивать малыша  
после купания



Или специальный контейнер  
для ополаскивания



## **Приготовьте полотенце**

Удобней всего использовать специальное полотенце с уголком. Ткань полотенца должна быть натуральная, очень мягкая и хорошо впитывать влагу



**Приготовьте средство для купания**

**Используйте средство для купания и шампунь  
не более 1-2 раз в неделю. Удобнее флакон с дозатором!**

Исключение - половые органы малыша, которые необходимо  
обрабатывать ежедневно

Не забывайте осматривать при купании шейную складку на предмет  
опрелостей или раздражения





## **Средств для купания, разрешенных с рождения великое множество**

Для очень сухой кожи малыша, а также кожи, склонной к раздражению и легкой ранимости используйте средства для купания с гипоаллергенными маслами,

например с липидовосполняющим маслом Lipicar Huile (La Roche Posay), масло для ванн Mustela Stelatopia (Mustela) или очищающие смягчающие гели Lipicar Syndet (La Roche Posay), Aven Trixera+ (Aven), Mustela Stelatopia (Mustela), более бюджетные серии – «Скин кап», «Наша Мама» или др.



## **Приготовьте увлажняющее средство для кожи**

Выбирайте ориентируясь на бюджет и рекомендацию педиатра

Главный принцип - отсутствие отдушек и ароматических добавок



**Для нежной кожи малыша рекомендованы средства  
на основе термальной воды и содержащие  
пантенол**

Большой выбор у La Roche Posay (лосьон Baum Ap), крем «Бепантен» (Bayer), Hydra Vébé (Mustela), средства Avene, из более бюджетных марок - «Наша мама», «Ушастый нянь».



## **Приготовьте чистый подгузник, пеленки или одежду**

Одежда из натуральных тканей, без грубых швов, с минимумом застежек, удобна для быстрого одевания



Какой  
лучше?

## **Единого мнения какие из подгузников лучше для малыша - нет!**

По мнению мам, некоторые протекают, от других чаще бывает пеленочный дерматит, одни жестче, другие мягче

**все это очень субъективно и индивидуально**

ориентируйтесь на спокойствие и комфорт для вашего малыша!

Обычно в роддоме дают много пробных памперсов в подарок, поэтому будет из чего выбирать

# Миф о подгузниках

## На репродуктивную функцию мальчиков применение памперса никак не влияет

сперматогенез (процесс образования сперматозоидов) начинается в 6-7 лет, что гораздо позже возраста ношения

памперса



Для профилактики перегрева и появления потнички в жаркое время года, чаще «проветривайте» попу при смене подгузника и используйте увлажняющие средства для кожи



## Приготовьте

- Средства для обработки пупочной ранки
- Ватные палочки (\*\*ножницы, расческа)
- Стерильные салфетки или ватные диски
- Персиковое, оливковое или миндальное масло для гигиены ушей и носика



\*\*при необходимости

# Первое купание



## Ванная комната должна быть теплая

если зимой в квартире или доме холодно, перед началом купания согрейте помещение с помощью нагревательных приборов до температуры воздуха около 25-27°С

Новорожденного можно прикрыть при купании махровой салфеткой



# Погружайте малыша в воду постепенно начиная со стоп и голеней

протирайте губкой, смоченной в воде

бедра – животик - грудную клетку - шейку

- Если малыш начинает беспокоиться или задерживает дыхание - проверьте водичку и вытащите малыша из ванночки, оставив погруженными только ножки
- Если малыш беспокоен в течение всего купания, попробуйте в следующий раз сделать водичку чуть теплее или немного прохладнее





**Мягкой губочкой, смоченной средством для купания,  
аккуратно протрите тело малыша и волосы**

Личико достаточно ополоснуть водичкой, особое внимание  
уделите гигиене половых органов

**После ополосните малыша водой из ковшика**



## **Высушите кожу полотенцем**

Поскольку кожа новорожденного очень тонкая и легкоранимая, необходимо промакивать ее полотенцем

**но ни в коем случае не тереть!**

# Обработка пупочной ранки



- Убрать **корочки** раствором перекиси водорода



- Обработать пупочную ранку 3% спиртовым раствором хлорфиллипта или фукорцином или бриллиантовым зеленым

## Гигиена глаз

Термальная или кипяченая вода  
При воспалении - раствор ромашки  
(0,5 стакана воды + 1 фильтр пакет)



## Гигиена носика

Ватные турундочки с персиковым маслом



## Гигиена ушей

Ватные турундочки или ватные палочки с  
ограничителем + персиковое масло



## Гигиена личика

Термальная или кипяченая вода  
При воспалении - растворы  
антисептиков (череда, ромашка)

