

Bebeluşii au nevoie de o igienă riguroasă deoarece sistemul lor imunitar nu este încă pregătit să facă faţă "agresiunilor" microbilor din mediul înconjurător. Pielea este "poartă de intrare" pentru un număr mare de microbi însă putem preveni infecţiile menţinând pielea curată şi fără iritaţii sau alte eroziuni.

Noul născut are nevoie zilnic de cel puţin o baie (seară) şi de o toaletă riguroasă dimineaţa (se curată ochii, nasul, gura şi urechile, aşa cum şi noi adulţii avem acest ritual când ne trezim). Prima baie a noul născutului, după ce a ajuns acasă din maternitate, trebuie făcută chiar în ziua externării, chiar dacă încă nu s-a detasat bontul ombilical. Până când acesta se detasează, e de preferat să nu ţineţi copilul în apă mai mult de câteva minute.

Deşi există unele opinii conform cărora trebuie aşteptată detasarea bontului ombilical, recomandăm ferm mamicilor să îşi spele bebeluşii încă din prima zi acasă. După finalizarea băii, bontul ombilical se curată.

Pentru baie va trebui să folosiţi săpunuri sau şampoane speciale pentru nou născut (cu pH neutru, delicate). Temperatura în camera de baie trebuie să fie de aproximativ 27 - 28°C, adică cu 2 - 3 grade mai crescută faţă de cea obişnuită din camera iar temperatura apei de baie 37 - 38°C.

După baie, la fel şi la toaletă dimineaţa, se face toaletă oculară, nazală, a gurii şi a urechilor.

Toaletă oculară se face cu comprese sterile şi ser fiziologic : se şterge ochiul dinspre colţul extern spre colţul intern cu comprese sterile umezite cu ser fiziologic; Dacă observaţi o secreţie conjunctivală persistentă de culoare galbenă sau galben-verzuie, consultaţi medicul neonatolog sau pediatru.

Toaletă nazală se face cu ser fiziologic ce se picură în fiecare nară şi apoi se curată secreţiile cu câte un betisor cu opritor care se introduce delicat doar la nivelul narilor şi se răsuceşte pentru a "agăta" secreţiile. Se aspiră secreţiile cu pompă de cauciuc (sub formă de pară) numai dacă acestea sunt în cantitate mare iar nou născutul are dificultăţi de a se alimenta sau respiră pe gură, nu de rutină ! Poate strănută sau tuşi ca să "cureţe" nasul, nu neapărat ca semn de răceală.

Toaleta gurii se face prin stergere cel puțin odată pe zi cu glicerina (simplă, nu boraxată) pusă pe o compresă sterilă cu care se sterg gingiile, limba și partea internă a obrazurilor.

Toaleta bontului ombilical se face cu comprese sterile și alcool de 70° care are rolul de a dezinfecta și deshidrata acel țesut în curs de mumificare. Infecțiile bontului ombilical apar doar dacă nu se face o toaletă riguroasă a acestuia. Trebuie să știți că va trebui să continuați să curățați zona ombilicală încă 3 - 4 zile după caderea bontului ombilical, până când zona rămâne curată.

Schimbarea scutecului se face dacă este plin cu urină sau dacă are materii fecale. Înainte de fiecare masă trebuie să verificați dacă scutecul copilului este curat și să îl schimbați ! Copilul care are scutecul murdar nu sugă !! Dacă pielea bebelușului pare iritată în zona scutecului, folosiți o cremă care conține oxid de zinc, specială pentru nou născut, pentru a o proteja de materiile fecale și urină.

NU se utilizează pentru îngrijirea nou născutului pudră de talc !

Hainele bebelușului trebuie să fie întotdeauna curate, confecționate din materiale naturale (bumbac, lână, in), adecvate pentru temperatura ambientală (în camera nu prea gros îmbrăcat, cu căciulita pe cap doar după baie); de preferat costumase, nu scutece legate strans.

Îmbrăcămintea nou născutului se spală separat în mașina de spălat, cu detergent special pentru copii și se limpezeste o dată în plus față de programul obișnuit de spălare. Dacă folosiți balsam, alegeți unul cu miros slab (nu prea parfumat).