

PÉČE O KŮŽI NOVOROZENCŮ A KOJENCŮ

M. Havlíčková

Dermatovenerologická klinika FNKV, Praha

První týdny po porodu znamenají pro dětskou pleť velkou zátěž. Kůže si musí zvyknout na působení celé řady zevních vlivů, proto má v tomto období větší sklon k podráždění a zarudnutí. Citlivá je zejména kůže obličeje a v oblasti plenek. Předpokladem zdravé kůže u malých dětí je správná péče a vhodné zevní podmínky. Dětské pleti neprospívá nadměrné pocení a dráždění oblečením, proto je nutné miminka oblékat přiměřeně okolím teplotám do dobře padnoucího kvalitního oblečení z přírodních materiálů, v bytě větrat, nepřetápět a zvlhčovat vzduch. Důležité je volit šetrné prací prášky a dětské prádlo pečlivě a opakovaně po praní vymáchat.

Pro dětskou kosmetiku platí dvojnásobně, že by měla mít jednoduchou recepturu s minimálním obsahem konzervačních látek. Parfemace je u dětské kosmetiky zbytečná a zvyšuje riziko podráždění. Sporné je i užívání „přírodních“ receptů našich babiček, jako je omývání dětí odvary z bylinek. Například heřmánek nebo měsíček způsobují poměrně často kožní alergické reakce.

Miminka nepotřebují koupat denně z důvodu hygieny, koupání je spíše pro dítě večerním rituálem příjemného ukončení dne. Proto není nutné každodenní mydlení a spíše než pevná mýdla, která jsou zásaditá a poškozují kyselý kožní plášť, jsou přijatelnější jemné gely bez vůně.

Problematickou oblastí bývá kůže pod plenkami, i přes správnou péči a kvalitní plenky se miminko může oprudit, je neklidné a pláče. Hlavní příčinou je dráždění kůže stolicí. Osvědčuje se otírat zbytky stolice jemnými oleji, které jsou šetrné, dobře odstraní nečistoty se zbytky tuků a chrání dětskou kůži před dalším podrážděním. Jako velmi vhodné se osvědčují čisté přírodní oleje (olej z ořechu karité, slunečnicový olej, olivový olej), dostupné v lékárnách. Jsou bez konzervačních přísad a bez parfému, proto šetrné ke kůži miminka, kosmeticky je velmi příjemný s jemnou vůní (např. shea-butter), což ocení i maminky. Pokud tato péče a časté vyměňování plenek k vymizení nepříjemných projevů nevede, je namístě poradit se s pediatrem, při dlouhotrvajících obtížích s dětským dermatologem.

Oleje jsou vhodné i k odstranění šupinek v dětských vláskách, které někdy lpí ke kůži i po umytí jemným šampónem. Nanesením oleje se šupinky změkčí, uvolní a snadněji vymyjí. U pevně lpějících nánosů šupinek je dobré nechat působit olejový zábal déle, uvolněné stroupky šetrně setřít a zbytek vymýt jemným šampónem.

Velmi důležitá je u malých dětí ochrana před sluncem. Novorozenci a kojenci by nikdy neměli být na přímém slunci. Navíc v místech s velkým množstvím UV záření s odrazem od vodní hladiny nebo pláže je i ve stínu nutná ochrana před UV paprsky ve formě krémů. V každém případě používáme pro miminka prostředky pouze s minerálními (fyzikálními) filtry s co nejvyšším faktorem.

Důležité pro celkový rozvoj dítěte i pro kůži je kojení. Kojením se snižuje riziko rozvoje potravinových alergií s projevy na kůži ve formě ekzému. Proto, pokud není jiná překážka, se doporučuje kojit nejméně do půl roku věku.

Moderní babictví 14, 2007

*M. Havlíčková
Šrobárova 50
Praha 10
100 34*