

Delikatna pielęgnacja

Jak zadbać o skórę
noworodka,
niemowlęcia - co warto
wiedzieć?

Justyna Ludwikowska



Czym różni się skóra noworodka od skóry dorosłego



- **Skóra dzieci po narodzinach nie jest w pełni rozwinięta** – dojrzewa i zmienia się do 3. roku
- **Jest cieńsza**, niż u dorosłych
- **Jest bardziej wrażliwa i skłonna do wysuszenia** (komórki skóry ulegają szybszym podziałom i są mniejsze)
 - cechuje ją większa przepuszczalność
- **Stosunek powierzchni skóry do masy ciała jest znacznie wyższy**, niż u dorosłych
- **Gruzoły potowe i łojowe nie są w pełni wykształcone** – nie zapewniają dziecku odpowiedniej termoregulacji
- Obserwuje się **mniejszą liczbę włosów**
- Skóra noworodka **ma pH bliskie neutralnego**, dlatego jest podatna na patologiczną kolonizację i podrażnienia, później zmienia się w kierunku pH kwaśnego

Jakie są **zagrożenia** dla skóry naszego dziecka?



zaburzenia w termoregulacji (przegrzewanie lub przechłodzenie organizmu małego dziecka)



większa skłonność do podrażnień, nadżerek, reakcji pęcherzykowych i pęcherzowych



szybsze odwadnianie, skłonność do suchości skóry



szybsze nadkażanie się czynnikami infekcyjnymi: bakteriami, wirusami, grzybami



większa przenikalność - ze względu na dużą powierzchnię skóry w stosunku do masy ciała - leków stosowanych zewnętrznie, środków piorących, myjących, kosmetyków, alergenów zewnętrznego pochodzenia



większa skłonność do wzrost pH skóry i co za tym idzie zaburzenia właściwości ochronnych naskórka spowodowany chociażby zbyt gorliwym myciem dziecka drażniącymi mydłami



brak odpowiedniej pigmentacji skóry w pierwszych miesiącach życia, a co za tym idzie brak odpowiedniej ochrony przed promieniami słonecznymi – oparzenia słoneczne

Jakie problemy skórne dotykają noworodki i niemowlęta

- 1 Czerwone zmiany skórne –
potówki i rumień noworodkowy
- 2 Wypryski –
trądzik niemowlęcy
- 3 Wyprysk łojotokowy –
ciemieniucha
- 4 Wyprzenia
- 5 Zaczerwieniona skóra policzków,
brody
- 6 Prosaki
- 7 Pieluszkowe zapalenie skóry
- 8 Suchość skóry

Czerwone zmiany skórne – **potówki**



Czerwone zmiany skórne – **potówki**



1

Czerwone zmiany skórne – rumień noworodkowy



Czerwone zmiany skórne – rumień noworodkowy



Czerwone zmiany skórne – rumień noworodkowy



2 Wypryski – trądzik niemowlęcy



Wyprysk łojotokowy – ciemieniucha



Wyprysk łojotokowy – ciemieniucha



Wyprysk łojotokowy – ciemieniucha





Zaczerwieniona skóra policzków, brody





DermNetNZ.org









Kąpiele, codzienna toaleta, niby proste, a jednak...

- Jak często kąpać?
- Jak przygotować kąpiel?
- Czego użyć?
- Czego unikać?



Na czym się skupić przy wyborze kosmetyków do pielęgnacji

- Ochrona
- Nawilżenie
- Regeneracja
- Sprawdzone kosmetyki
- Skład, czego unikać, czego szukać



Jakie składniki są szczególnie korzystne dla skóry dziecka?

Lanolina



Pantenol



Pieluszkowe zapalenie skóry

Okolice pieluszkowa jest szczególnie narażona na podrażnienia i powstawanie stanu zapalnego, tzw. pieluszkowego zapalenia skóry.

Przyczyną choroby jest kontakt skóry z czynnikami drażniącymi:

- **chemicznymi**
(np. amoniakiem, ureazą),
- **fizykalnymi**
(nadmierną wilgotnością i wyższą temperaturą),
- **mechanicznymi**
(np. tarcie pieluszki o skórę), a także
- **niewłaściwą pielęgnacją okolicy pieluszkowej**
(np. nieczęstą zmianą pieluszki).

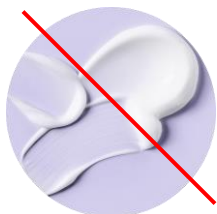
Czynniki te mogą podrażnić delikatną i niedojrzałą skórę niemowląt.
Może powstać stan zapalny a na jego bazie - **nadkażenie bakteryjne, grzybicze, wirusowe czy mieszane.**

U noworodków i niemowląt **wskazana jest częsta zmiana pieluszek** (co 3-4 godziny) i ograniczone używanie chusteczek pielęgnacyjnych.

Pieluszkowe zapalenie skóry



Nie zaleca się stosowania zasypek i pudrów czy też łączyć ich np. z oliwką, ponieważ pod wpływem wilgoci (moczu, potu, oliwki) ulegają one zbryleniu i nie spełniają funkcji ochronnej.



Nie należy również profilaktycznie stosować preparatów, past na bazie tlenku cynku, ponieważ szczelnie przylegają do skóry i mogą spowodować podrażnienia zdrowej skóry.



Skórę okolicy pieluszki najlepiej przemywać wacikiem nasączonym przegotowaną wodą z dodatkiem delikatnego syndetu, a do ochrony skóry przed drażniącym działaniem kału i moczu stosować tłuste maści zawierające m.in. lanolinę czy pantenol.

Czy kosmetyki
dla niemowlęcia
mogą też być pomocne
w pielęgnacji skóry
mamy i taty
a może i rodzeństwa?



Wysuszona skóra brodawek sutkowych



Suchość czerwieni wargowej i suchość okolic nosa



Podrażnienie skóry od odzieży, bielizny



Do zapamiętania

- 1 Skóra noworodków i niemowląt jest cienka, wiotka i bardziej unaczyniona w porównaniu ze skórą dzieci powyżej 3 r.ż. i dorosłych, co wiąże się z większym ryzykiem ogólnoustrojowego działania preparatów stosowanych miejscowo.
- 2 Prawidłowa pielęgnacja skóry dziecięcej zapobiega uszkodzeniom płaszcza lipidowego, nadmiernej utracie wody i nadkażeniom bakteryjnym.
- 3 U niemowląt ze zdrową, gładką skórą nie należy stosować dodatkowych preparatów pielęgnacyjnych.
- 4 Do pielęgnacji okolicy pieluszkowej rekomenduje się używanie jednorazowych pieluszek, unikanie stosowania zapachowych chusteczek nawilżających i stosowanie tzw. „maści barierowych”.



Dziękuję za uwagę



Literatura

- Atherton, D., Proksch, E., Schaubert, J. and Stalder, J. (2015) Irritant Diaper Dermatitis: Best Practice Management. SelfCare, 6, 1-11.
- Kisiel K., Dzilińska K., Pielęgnacja skóry noworodka i małego dziecka, Standardy medyczne, Pediatria, 2015, T. 12, s. 207-212;
- Szczapa J., Neonatologia, PZWL, 2022

