Реферат

По дисциплине:

Здоровый человек и его окружение

Тема:

Уход за новорожденными

Исполнитель: Румянцева З.Р.

курс, группа Л12

Руководитель: Линькова В.И.

Москва 2014

**Содержание**

Введение

Уход за новорожденным

Вывод

Список литературы

**Введение**

С рождением ребенка начинается новый этап его жизни и развития. В это время организм развивается наиболее интенсивно. Малыш чрезвычайно чувствителен к малейшим изменениям окружающей среды, восприимчив к различным заболеваниям и в силу этого нуждается в тщательном уходе.

Несмотря на постоянный медицинский надзор, здоровье младенца во многом в руках родителей. От правильного ухода за новорожденным зависит здоровье и благополучие малыша.

Соблюдение необходимых норм гигиены и режима поможет малышу избежать лишних заболеваний, особенно на первом году жизни.

**Уход за новорожденным**

К моменту возвращения женщины из роддома необходимо очень тщательно подготовиться: убрать квартиру, и особенно ту комнату, где будет находиться ребенок, обработать пылесосом (или выбить) всю мягкую мебель, матрацы, портьеры, ковры, выстирать или почистить одеяла, занавески, шторы, половики, пледы, провести влажную уборку полов, протереть светильники.

Для ребенка следует выделить хорошо проветриваемое, достаточно теплое, светлое помещение в квартире (или комнате). Новорожденный должен иметь кроватку. Совершенно недопустимо укладывать ребенка в свою постель, в приспособленные для этой цели коробку, корыто, коляску и др. Кровать должна стоять в хорошо освещенном месте, но не очень близко от окна. Лучше всего купить деревянную или металлическую кровать, которую легко протирать влажной тряпкой. На ночь ее можно при необходимости придвигать к кровати матери.

Детский матрац должен быть достаточно жестким, обрабатываться влажной тряпкой. Нельзя использовать ватные или пуховые матрацы, так как они способствуют неправильному формированию скелета новорожденного. В некоторых случаях можно рекомендовать матрацы из синтетических материалов: они хорошо моются, очень удобны. Однако приспосабливать подручные материалы для домашней набивки матрацев и подушек опасно: некоторые синтетические ткани токсичны.

У ребенка должно быть три одеяла: одно легкое и два теплых (шерстяное и ватное). Легкое одеяло может быть из пикейной ткани или из байки. Для прогулок используют «уголок» из пеленки для предохранения лица ребенка от раздражения, удобны специальные «конверты».

В первые дни жизни ребенок не нуждается в подушке. Ему более удобно лежать на ровной поверхности. Кроме того, предотвращается искривление позвоночника. На протяжении первых 2-ух месяцев малыша его основной одеждой будут - пеленки, распашонки, шапочки, варежки. Так же пригодится клеёнка. Пеленки нужны тонкие х/б и теплые байковые. В среднем хватает где-то 10-15 пеленок. В зависимости от времени года нужно больше иметь байковых или х/б пеленок. В осеннее и весеннее время года больше пригодятся байковые, а в летнее и зимнее (при хорошем отоплении) больше тонкие. Так, например, в осеннее время лучше взять 10 байковых и 5 тонких пеленок. А в летнее время наоборот. Размер пеленки90 х 80 см.

Пригодятся памперсы (но часто использовать не стоит) в основном на улицу. Распашонок же так много не нужно. Достаточно - 2-3 шт. байковых и 2-3 шт. тонких. Шапочек тоже хватит 2-3 шт. Новорожденного первые дней 10 заворачивают в пеленку с ручками, одев предварительно на него распашонку. После 10 дней можно делать свободное пеленание, чтобы ножки в пеленке свободно двигались, а ручки вообще были вне пеленки. На ручки лучше одеть варежки, чтобы новорожденный себя не царапал. Не следует малыша излишне кутать, потому что он будет потеть и у него появится сыпь. К двум месяцам малышу нужны будут ползунки. Если ножки малыша немного прохладные в ползунках, можно сверху одеть вязанные пинетки. Ползунков потребуется так же много, как и пеленок (или даже больше) Пригодятся как теплые ползунки, так и тонкие в зависимости от времени года.

Белье ребенка, чистое и тщательно выглаженное с обеих сторон, должно храниться отдельно от белья других членов семьи. Стирать его надо только детским мылом. Новое одеяло (как шерстяное, так и ватное) следует прогладить через влажную тряпку горячим утюгом. Необходимо иметь большую клеенку по размеру кровати, которую стелют на матрац, или маленькую клеенку (30 х 30 см), которую кладут между пеленками. Для ухода за ребенком мать должна иметь платье-халат из легко стирающейся ткани с застежкой спереди, чтобы удобнее было кормить ребенка грудью.

новорожденный уход гигиена режим

**Предметы ухода за новорожденным**

Все необходимое для ухода за новорожденным кладут на столик рядом с кроваткой, прикрывают марлей или салфеткой. Среди предметов ухода необходимо иметь:

· Стерильный бинт,

· Ватка,

· Присыпку детскую или масло специально для смазывания складок кожи (подойдет прокипяченное растит. масло в прокипяченной баночке),

· Марганцовка,

· Мыло детское,

· Стакан,

· Ложечка чайная,

· Градусник водяной,

· Чистый гребешок,

· Ножницы,

· Резиновая груша,

· Градусник для измерения температуры тела,

· Резиновую грелку.

**Пупочная ранка**

Первые две недели жизни новорожденного особое внимание стоит уделить уходу за пупочной ранкой и физиологическому процессу ее заживления. В этот период ранку обрабатывают ежедневно.

В стерильную пипетку набирают 3% раствор перекиси водорода и капают 2-3 капли на пупочную ранку. После этого ватной палочкой промокают перекись водорода, размокшие и отслоившиеся корочки удаляют. Пупочную ранку и кожу на 3-5 мм вокруг пупка смазывают 5% раствором перманганата калия или 1% спиртовым раствором бриллиантового зеленого 1 раз в день.

Инфицирование пупочной ранки называется омфалит. Если появилось покраснение, наблюдается повышение температуры и неприятный запах из ранки - необходимо немедленно обратиться к врачу.

**Утренний туалет**

Утренний туалет также является важной составляющей ухода за новорожденным ребенком. Ребенка кладут на пеленальный столик и полностью раздевают, а затем тщательно осматривают кожу, особенно в областях складок. Умывание выполняется по принципу «сверху - вниз». Лицо и руки моют теплой кипяченой водой.

**Глаза**

Уход за глазами новорожденного осуществляют следующим образом: глаза промывают смоченной в кипяченой воде стерильной ватой от наружного угла к внутреннему; для каждого глаза используют отдельный тампон. Надо следить, чтобы вода не попала из одного глаза в другой, поэтому, промывая левый глаз, поворачивают ребенка влево и наоборот. При появлении признаков конъюнктивита следует обратиться к врачу и как можно раньше начать его лечение.

Конъюктивит

Младенец с отекшими красными веками - нормальное явление для ребенка сразу после рождения. Обычно все это проходит через несколько дней, не оказывая никакого влияния на зрение. При отсутствии каких-либо других проблем, нужно несколько раз в день промывать малышу глаза кипяченой водой - от наружного угла к переносице. Для промывания каждого глаза используйте отдельный тампон.

Коньюктивит - частое явление у 2-3-дневных детей - это следствие прохождения малыша по родовым путям матери. Признаками коньюктивита можно считать слипание век, наличие капелек гноя в уголках глаз. В этом случае важно вовремя остановить развитие воспаления и как можно раньше начать закапывать в глаза ребенку глазные капли, предварительно проконсультировавшись с врачом.

Если же коньюктивит развился - нужно начать промывать глаза ребенку 3-4 раза в день с помощью кусочка марли (но не ваты!). После промывания необходимо закапывать в глаза антибиотик, который назначит врач. Причем вне зависимости от того, один или два глаза заражены, все манипуляции нужно проводить с обоими глазами - чтобы исключить вероятность распространения инфекции.

**Рот**

Рот новорожденного ребенка не обрабатывают, так как его слизистая оболочка сухая и легко травмируется. Однако ее надо ежедневно осматривать. Появление на слизистой рта белых налетов (молочница) требует проведения лечебных мероприятий.

**Уши**

Уши новорожденного - это очень деликатное место, с которым нужно обращаться крайне бережно. Как ухаживать за ними и предупредить болезни ушей? Прежде всего, нужно помнить, что уши ребенка нуждаются в ежедневном уходе. При очищении уха от серы необходимо использовать специальные ватные палочки с ограничителями, которые не дадут проникнуть слишком глубоко в ухо и протолкнуть серу еще глубже или повредить барабанную перепонку. Альтернативой таким ватным палочкам может быть туго свернутый ватный жгутик. Но ни в коем случае нельзя чистить уши ребенку ваткой, намотанной на спичку или ушными палочками без ограничителей! Затем очистить наружный слуховой проход, ушные завитки и обратить внимание на кожу за ушами. Чаще всего, у новорожденных уши прижаты плотно к голове, поэтому их нужно осторожно отогнуть и смазать кожу за ней детским маслом с помощью детских салфеток, ведь за ушами у детей часто образуются такие же корочки, как и на голове. Также за ушами могут быть гнойнички или аллергическая сыпь. Если обнаружены гнойнички - обработать их зеленкой.

**Нос**

Нос новорожденного - также очень нежный орган, который нуждается в бережном уходе. Вообще считается, что он очищается сам в процессе чихания ребенка. Но на самом деле, иногда его необходимо чистить вручную - например, когда корки мешают ребенку дышать. Лучше всего это проделывать перед кормлением - чтобы малыш мог спокойно дышать и сосать грудь. Также можно чистить ребенку нос во время совершения утреннего туалета. Для этого из ваты скрутить жгутик, намочить его маслом - и аккуратно прокручивать в носу ребенка, удаляя корочки. Для каждой ноздри использовать отдельный жгутик. Если нет детского масла - можно смочить жгутик физиологическим раствором или просто грудным молоком.

Для чистки носа ни в коем случае не должны применяться ватные палочки или вата, намотанная на спичку, так как все это слишком грубо для нежной слизистой носа новорожденного.

Для чистки носа можно использовать капли на основе морской воды. Их достаточно закапать в нос ребенка, дождаться размокания корок, а затем отсосать содержимое с помощью аспиратора или большой груши-спринцовки.

Конечно, во всем нужна мера. Если ребенок не показывает видимых признаков заложенности носа или каких-то других проблем - лучше не проводить чистку «для профилактики».

При появлении отделяемого из носа (насморк) можно использовать спринцовку с мягким наконечником для отсасывания слизи, промывать нос физиологическим раствором. Сосудосуживающие капли применять только по назначению врача.

**Кожа**

Кожа новорожденного ребенка также нуждается в особом уходе, она очень тонкая, мягкая, эластичная и чувствительная. Обращаться с ней надо осторожно, кроме того, очень важна чистота рук. Если коснуться грязными руками кожи новорожденного ребенка - могут возникнуть различные заболевания (гнойнички). При высушивании кожи нельзя сильно тереть полотенцем, чтобы не повредить поверхностный кожный слой - достаточно просто аккуратно прикладывать сухую простынку и как бы «промокать» кожу ребенка.

Малыш рождается покрытый первородной смазкой, которая предохраняла его кожу, когда он еще был в утробе матери. Цвет кожи ребенка при рождении бледно-синюшный, после того, как новорожденный сделает первый вдох, он начинает розоветь. Через 20 минут после рождения ребенка его кожа становится ярко-красной, так как под воздействием более низкой температуры кровеносные сосуды расширяются. Вскоре краснота исчезает - после чего кожа начинает шелушиться. Срок шелушения индивидуален для каждого ребенка.

Спустя 3-5 дней после рождения у большинства детей появляется желтуха, которая может длиться 5-7 дней. Врачи объясняют такое явление очень просто: оказывается, когда малыш находится внутри матери, ему требуется много эритроцитов - красных кровяных телец - переносчиков кислорода. После рождения он начинает самостоятельно дышать - и лишние кровяные тельца разрушаются с образованием билирубина, который перерабатывается в печени и превращается в желчь. Организм новорожденного не может переработать такое количество билирубин - поэтому он задерживается в тканях, вызывая временное пожелтение кожи, а иногда и белков глаз и слизистой рта. Но эта желтуха не является заболеванием, поэтому и лечить ее не нужно.

Среди других проблем кожи у новорожденных можно выделить появление сыпи, похожей на сыпь от удара крапивой. Часто она появляется тогда, когда кормящая мама злоупотребляет шоколадом, апельсинами, мандаринами или яйцами. Чтобы предотвратить такую сыпь у ребенка - маме достаточно отказаться от этих продуктов.

**Средства детской гигиены** <http://posobie.info/d-pantenol/>

Средства детской гигиены разработаны для ухода за новорожденными с учетом особенностей кожи (кислотно-щелочного баланса, гипоаллергенные). Они делятся на очищающие (шампуни, пены для ванны, мыло, лосьоны), защищающие (масла, присыпки), и питающие (кремы).

Нежная и чувствительная кожа новорожденного ребенка требует мягкого, но тщательного очищения и ухода. Для этого используются щадящие моющие средства. Кожа малыша имеет более низкий порог раздражимости, чем кожа взрослого человека, поэтому не следует применять очищающие средства в большом количестве.

Мыло может раздражать кожу из-за щелочных компонентов, а синтетические моющие средства (пены для ванны, шампуни) - вследствие производимого ими обезжиривающего эффекта. Раздражение кожи может быть вызвано не только составом моющего средства и его высокой концентрацией, но и продолжительностью и частотой купания, а также температурой воды, типом используемых полотенец и губок.

Защита кожи от действия раздражающих факторов осуществляется припудриванием или смазыванием кремом, маслом. Умеренное припудривание кожи ребенка предохраняет ее от натирания подгузником или одеждой. Присыпку сначала наносят на руки, потом на кожу ребенка для ее более равномерного распределения, без комочков. Иногда дети плохо переносят втирание в кожу смягчающих средств (крема, масла), поскольку это может вызывать задержку потоотделения и размягчение (мацерацию).

Также при уходе за новорожденным важно помнить, что избыточное применение масел затрудняет дыхательную функцию кожи. Косметические средства ухода за кожей надо подбирать индивидуально для каждого ребенка. Главным критерием выбора является целесообразность и переносимость таких средств.

**Подмывание**

Подмывать малыша под проточной водой нужно регулярно в направлении спереди назад после каждой дефекации. Чтобы подмыть ребенка, полностью разденьте его. Положите малыша животом на вашу левую ладонь лицом к себе или спиной на свое предплечье головой к вам. Подставьте нижнюю часть туловища ребенка под проточную воду, намыльте ягодицы и половые органы малыша детским мылом (лучше выбирать жидкое мыло для детей, им удобнее пользоваться), потом тщательно смойте мыло водой, промокните кожу ребенка полотенцем или пеленкой.

**Купание новорожденного**

После отделения пуповинного остатка, при неосложненном течении процесса заживления пупочной ранки, новорожденного следует купать ежедневно. Продолжительность гигиенической ванны - 5-7 мин, лучшее время для купания 8-9 часов вечера, до кормления ребенка, температура воды + 36,5...+ 37,0ºС. Для купания нужно выделить специальную ванночку, которая будет использоваться только с этой целью.

Для купания можно использовать некипяченую водопроводную воду. Купать ребенка с применением моющих средств нужно не чаще 2-3 раз в неделю. Голову малыша располагают на согнутой в локте руке. Этой же рукой его держат за верхнюю треть плеча. Другой рукой поддерживают за ягодицы и бедра. Ребенка опускают в воду медленно, начиная с ягодиц, затем все тело. Вода не должна попадать в уши, нос и рот. Намыленной ладонью моют волосистую часть головы в направлении ото лба к затылку. Затем моют тело и конечности. Далее ребенка переворачивают и моют спину и затылок; в конце купания обливают водой, температура которой на 1-2 градуса ниже температуры воды в ванне.

После купания кожу ребенка осушают (но не вытирают!) полотенцем или пеленкой из мягкой хлопчатобумажной ткани промокательными движениями. После 6 месяцев купать ребенка можно через день (в жаркое время года - ежедневно в любом возрасте), при температуре воды + 36ºС, продолжительность купания - до 10 мин.

Уход за ногтями новорожденного ребенка удобнее осуществлять после купания, когда они становятся более мягкими. Специальные ножницы с закругленными концами используют только для ребенка. На ногах ногти обрезают ровно, на руках - закругляя уголки.

В последующем уход за ребенком и его воспитание неразрывно связаны. Надо с ранних лет обращать внимание малыша на его внешний вид, приучать к чистоте и порядку. Во время кормления, туалета, укладывания спать следует нежно обращаться с ребенком, проявляя доброжелательность и спокойствие. Уход за ним должен сопровождаться ласковым разговором, который вызывает положительные эмоции и отвлекает от неприятных ощущений.

**Пеленание**

Способов пеленания множество, но делят их на два основных вида.

Тугой способ пеленания - это способ, когда ручки малыша лежат строго вдоль тела, ножки вытянуты и зафиксированы. В современной педиатрии такой способ применяется, если малыш с первых минут жизни гиперактивен.

Свободный способ пеленания применяют для ограничения свободы движения ручек. Считается, что бороться с природой не нужно и будет лучше, если малыш сможет принять привычную ему позу, когда коленки притянуты к груди. Ведь именно в таком положении он находился почти все 9 месяцев в животе у мамы.

Перед пеленанием на стол положите байковое одеяло, затем клеенку, фланелевую, хлопчатобумажную пеленки и, наконец, сложенный в треугольник подгузник. Сначала наденьте хлопчатобумажную, а затем фланелевую распашонку. Нижний край их должен находиться на уровне пупка. Закрепите подгузник и заверните ребенка в хлопчатобумажную и фланелевую пеленки. Верхний край их должен быть на уровне подмышечных впадин. Руки рекомендуется оставлять свободными. Чепчик или косынку на голову можно не надевать. В таком запелёнатом состоянии новорожденный должен находиться все время. Если температура в комнате 20-22°С, больше надевать ничего не нужно. При излишнем укутывании на коже может появиться мелкая ярко-красная сыпь (так называемая потница), которая может нагнаиваться.

**Вывод**

Уход за новорожденным ребенком - это важный аспект в его жизни и жизни матери. Ведь именно в это время ему особенно необходима помощь мамы. От правильного ухода за новорожденным зависит здоровье и благополучие малыша. Соблюдение необходимых норм гигиены и режима поможет малышу избежать лишних заболеваний, особенно на первом году жизни.

**Список литературы**

1. «Общий уход за детьми» авт. Мазурин А.В., Запруднов А.М., Григорьев К.И.

. «Этапы развития здорового ребенка» В.П. Смирнов, И.А. Мельгунова, В.П. Гайнова, А.К. Краснова.