

### Pielęgnacja pępka

- Przemycaj kikut pępowiny kilka razy dziennie Octeniseptem i staraj się nie przykrywać go pieluszką aż do momentu odpadnięcia. Jeśli kikut zostanie zamoczony osusz go dokładnie i zdezynfekuj Octeniseptem.
- W razie niepokojących objawów tj.: wystąpienia obrzęku, zaczerwienienia należy niezwłocznie skontaktować się z lekarzem.

### Podawanie witamin

- Witamina K – 1 kapsułka (25 mikrograówm) doustnie od 8 doby do ukończenia 3 miesiąca życia przy karmieniu piersią. Przy karmieniu sztucznymi mieszankami – nie podajemy tej witaminy.
- Witamina D – 1 kapsułka (400 jμ) dziennie – niezależnie od sposobu karmienia.
- W przypadku wątpliwości co do sposobu podawania witamin, skontaktuj się z lekarzem.

### Pielęgnacja pośladków noworodka i niemowlęcia

- Umożliwaj dziecku częste leżenie bez pieluszki, tak aby skóra mogła oddychać np. tuż przed kąpielą. W czasie upalnych dni stosuj takie wietrzenie tak często jak tylko możliwe.
- Używaj pieluszek przepuszczających powietrze, chłonnych i nie przylegających bezpośrednio do skóry.
- Często zmieniaj pieluszki.
- Po każdym wypróżnieniu, dokładnie oczyszczaj skórę dziecka, zwłaszcza w fałdach, gdzie zbierają się zanieczyszczenia powodujące podrażnienia.

- Do oczyszczania najlepiej używaj czystej, ciepłej wody. Pamiętaj o dokładnym osuszeniu umytej skóry.
- Przebywając poza domem, możesz korzystać z chusteczek pielęgnacyjnych. Zrezygnuj z nich w przypadku podrażnienia okolicy pośladków.
- Przed założeniem nowej pieluszki, na czystą i osuszoną skórę stosuj krem izolujący np. Linomag. Nie używaj kremów zawierających tlenek cynku – mogą one nadmiernie wysuszyć skórę dziecka.

### Usuwanie ciemieniuchy

- Ciemieniucha to grube żółte łuski, mogą być pojedyncze lub pokrywać całą powierzchnię skóry głowy.
- Na godzinę przed kąpielą nasmaruj głowę dziecka oliwką dla niemowląt. Następnie delikatnie wyczesz gęstym grzebieniem z włosków łuski, które zmiękczyły się pod wpływem oliwki i umyj głowę dziecka stosowanym do kąpieli preparatem. W razie potrzeby powtórz cały zabieg.
- Jeśli zmiany na skórze nie ustępują, skontaktuj się z lekarzem.