

## КУПАНИЕ

*Рассказывает Светлана Бувалая, врач неонатолог Московского областного перинатального центра*

Кожа недоношенных младенцев гораздо нежнее, чувствительнее кожи доношенных детей и тем более взрослых. Её защитные механизмы еще очень слабы, поэтому она легко повреждается, инфицируется, возникают опрелости, мокнутия и вслед за ними глубокие повреждения кожи – пеленочные дерматиты.

- Начинайте купание через 1-2 дня после прибытия домой. Малышу нужно время для адаптации в новой обстановке.
- Купать ребенка лучше вечером, примерно за 30-40 мин до кормления. Если малыш долго спал перед купанием и, проснувшись, очень голоден и плачет, дайте ему сначала немного поесть, спокойно искупайте и потом докормите.
- В ванной комнате должно быть достаточно тепло, но не жарко. Температура воздуха - 24 -26 °С, вода - 37 °С.
- Не нужно добавлять в воду антисептики (марганцовка сильно сушит кожу), пенки и шампуни для купания. Для детей с сухой кожей можно добавить в воду масло-молочко для купания, или 1-2 капли лавандового масла.
- Для мытья тела и складочек кожи используйте детский гель или крем для купания – несколько капель нанесите на свою ладонь, слегка вспеньте и промойте все складочки на теле малыша (голову – в последнюю очередь). Моющие средства применяйте не чаще 1-2 раза в неделю.
- Обязательно ополосните малыша. Лучше всего поливать на ребенка водой из кувшина, душевую насадку использовать не нужно – такая струя слишком сильная для ребенка и сложнее контролировать температуру.
- Длительность купания поначалу составляет 3-5 мин, если малыш спокойно и с удовольствием переносит купание, то время постепенно увеличивают в среднем до 15- 20 мин.

Материал подготовлен с использованием сайта <https://pravonachudo.ru/>

