

PŘEBALOVÁNÍ DĚTÍ

Novorozeneckém a kojeneckém období:

Novorozenec je přebalován v souvislosti s kojením osm až desetkrát za den. Vhodné je dítě přebalit převážně před kojením. Správné přebalování se matka můžete naučit již předporodním kurzu nebo v porodnici.

Důležitým faktorem je dbát na bezpečnost dítěte na přebalovacím pultu, bylo popsáno mnoho až smrtelných úrazů dětí. Taktéž je nutno provádět správnou péči o konečník a genitálie, podle pohlaví dítěte. Nesmírně důležité a nutné je vybírat a používat i vhodné pleny a další pomůcky.

Přebalování novorozence:

- ⊙ Prevence vady kyčlí (široké balení)
- ⊙ 10-15 stolic denně, možná několikadenní pauza
- ⊙ Průměrně spotřebuje asi 20 plen denně
- ⊙ Pokud jsou používány kvalitnější pleny, není nutno měnit při každém močení
- ⊙ Přebalování vždy před kojení , méně často po kojení
- ⊙ Hodnocení reakce kůže , prevence opruzeniny

Kdy dítě přebalit:

Většinou upozorní pláčem, plena je mokrá nebo plná. Novorozence přebalujte co nejčastěji, je vhodné přebalovat před kojením, ráno po probuzení i večer před spaním a také v noci. Někdy je nutné přebalovat jak před kojením, tak po, zejména u kojenců.

Příprava:

- Nachystejte vhodné místo (přebalování pult, podložka, postýlka, komoda..)
- Čisté pleny (jednorázové, látkové, případně „bezplenková metoda“)
- Voda, popřípadě speciální dětské mýdlo (jemné čistící ubrousky) – neparfemované, bez alergenů a barviv
- Buničité nebo odličovací tampóny
- Ručník při omývání
- Ochranný krém pro prevenci opruzenin (Rybilka, B-panthen mast)
- Nepochustná podložka – přebalování podložka

- Sáček na znečištěnou plenu
- Čisté oblečení pro případ znečištění
- Oblíbená hračka

Dodržujte zásady bezpečnosti a hygieny

I malé miminko se samo v nestřežené chvíli může přetočit, takže i chvílička nepozornosti může vést k tragickému pádu z pultu nebo podložky. Pokud sebou hází, přidržujte ho jednou rukou a snažte se jej uklidnit slovy nebo odved'te jeho pozornost oblíbenou hračkou.

Po každém přebalování opláchněte zadeček nejlépe pod tekoucí vodou a poté ještě vyčistěte vlhkou gázou. Zadeček utírejte jedním tahem **od genitálií ke konečníku**, ne naopak, jinak se do genitálií může zanést zbytky stolice.

U holčiček při čištění i koupání jemně roztáhněte stydké pysky a jemně je omyjte a osušte tzv. tupováním.

U chlapečků se dříve při každém koupání přetahovala předkožka přes penis, to se dnes ale nedoporučuje, zejména je-li zúžená, jen málo novorozenců ji má volnou. Stačí jej jemně omýt a pokožku pod ním. Přetahovat můžete až od dvou, tří let, ale každý pediatr má na to jiný názor.

Po omytí můžete použít i ochranný krém.



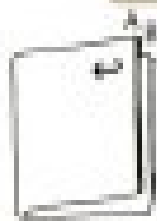
Novorozenecký sklad plen:



0 ROVNÉ PLENY

a) Skládání klasických čtvercových plen a froté plen

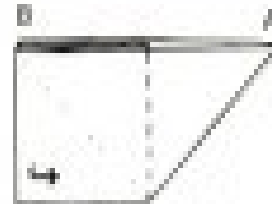
• Novorozenecký sklad



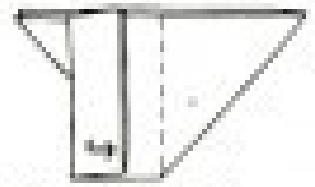
1. Spadne pleňku na čtverce. Úhly A
vložte a vyložte. Vložte
rovněž.



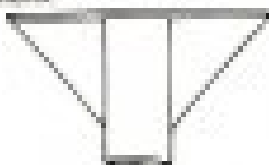
2. Pleňku opět odložte tak,
aby vnější rovině byla
vnitřní.



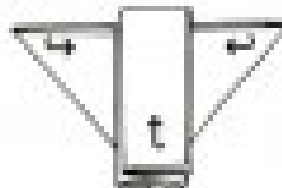
3. Spadne levý strana a
čtverce pleňky.



4. Pleňku odložte tak, aby
vnitřní strana ukázala směrem
vnitř.



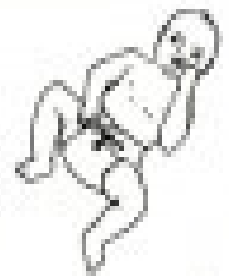
5. Na střední část pleňky dává
dítě, pevně držte na
sponce, nebo vložte pleňku.



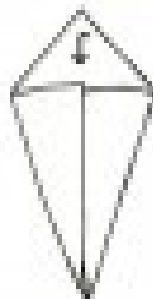
6. Na druhé straně rovněž
spadne úhly, a pak vše hoto.



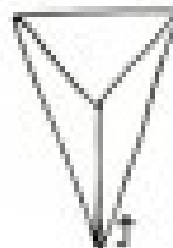
7. Vložte pleňku dítěti, která
může být sponou držena.



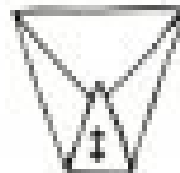
• Na draka



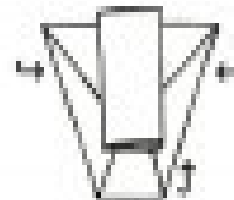
1. Pleňku dobře narovná
a dává úhly dobře
na střední pleňku (na
střední část).



2. Dává úhly směrem
vnitřní vložte.



3. Znovu dává úhly
narovná vložte.



4. Na střední pleňku dává
dítě, držte na sponce
pevně držte na
sponce. Na druhé straně
rovněž spadne úhly, a pak
vše hoto.



5. Vložte pleňku dítěti, která
může být sponou držena.



Plenu přeložte na polovinu.



A znovu na čtvrtinu.



Uchopte volný roh, zvedněte ho...



A přeložte na druhou stranu tak, aby vznikl trojúhelník.



Takto poskládanou plenu převraťte na druhou stranu (nepraktický manévr).



Nakonec dvakrát přeložte čtverec, který je na fotce na pravo, aby uprostřed vznikl trojitý sklad /tedy 6vrstev pleny + trojúhelník/.



Miminko položte na plenu.



Přehněte dolní část pleny a oba cípy. Přitom můžete plenu kolem nožiček miminka založit směrem dovnitř. Bude pak lépe těsnit.



Nakonec zajistíte sponkou snappi.

Jaké vybrat pleny?

Jednorázové pleny dobře absorbují, chrání pokožku před vznikem opruzenin, infekcí a kožních potíží způsobených vlhkem a teplem. Jejich používání je jednoduché a rychlé. Pleny se vyrábějí v různých velikostech podle věku a hmotnosti dítěte (do čtvrt roku Newborn a Mini, od 4 měsíců velikosti S, M až XL). Jejich nevýhodou je, že nejsou příliš ekologické a zejména zpočátku jich za den spotřebujete hodně.

Látkové pleny vyžadují více péče a hůře absorbují. Mnoho maminek se k nim ale v posledních letech opět vrací.

Alternativou mohou být bambusové nebo konopné pleny, které jsou sice dražší, ale čistě přírodní, mají protibakteriální a antiplísňové účinky, jsou savé a prodyšné, lze používat opakovaně.

Vhodné pleny:

- ⊙ Musí držet ne těle dítěte
- ⊙ Nesmí bránit v jeho pohybu
- ⊙ Pokud značka dítěti sedí, neměň ji (riziko alergické reakce)
- ⊙ Prodyšné
- ⊙ Savé
- ⊙ Nevyvolávající alergii

Literatura a zdroje:

- ⊙ Film Babies, 2010
- ⊙ <http://www.babytelevize.cz/video/bezplenkova-metoda-152/>
- ⊙ <https://www.youtube.com/watch?v=uDAPSHDbJB4>
- ⊙ www.youtube.com – bezplenková metoda, přebalování, ...
<http://www.youtube.com/watch?v=qY-d46-gP>