



ISTRUZIONI PRATICHE PER L'IGIENE DEL NEONATO



INTRODUZIONE

Le cure igieniche del neonato costituiscono un momento molto importante nel rapporto quotidiano tra madre e figlio. Si basano principalmente sull'esecuzione del bagnetto e sul trattamento del cordone ombelicale: due "ostacoli" che creano ansia nella neo mamma ma che sono molto semplici da superare.

BAGNETTO

Il bagnetto dovrebbe essere fatto tutti i giorni, sia per ragioni igieniche ma anche per il benessere che procura al bambino.

Durante il bagnetto, come per l'allattamento, il rapporto tra neonato e genitore si rafforza e il bimbo ne trae molto beneficio (rilassamento psicomotorio). È importante fare il bagnetto con calma e cura, senza che campanelli, telefoni e altro distraggano mamma o papà in quanto lasciare il bimbo solo sul fasciatoio, anche per brevissimo tempo, può causare pericolosi incidenti.

Il bagnetto deve essere sempre fatto prima dei pasti e possibilmente alla stessa ora, preferibili le ore serali in quanto favorisce il riposo notturno. Si effettua dopo la caduta del moncone ombelicale e la cicatrizzazione della ferita.

Prima di ciò l'igiene del neonato si esegue con manopole di tessuto spugnoso (tipo asciugamano) imbevute con acqua tiepida.

Importante: non utilizzare spugne in quanto sono ricettacolo di batteri e sarebbe dunque necessaria la loro bollitura continua per sterilizzarle.

AMBIENTE IDEALE

-Temperatura del locale di circa 24 – 26 °C, non ci devono essere correnti d'aria.

-Materiale da utilizzare per il bagnetto (sapone, vestiti, etc.) già pronto sul fasciatoio in modo da non doversi spostare.

-Temperatura dell'acqua attorno ai 37°C circa. Per verificare la temperatura utilizzare i termometri d'acqua. I prodotti per l'igiene devono essere per i primi mesi di tipo oleoso piuttosto che saponoso, comunque sempre a pH fisiologico. Il bagnetto può essere seguito dall'uso di prodotti idratanti per la cute (creme o olio per neonati). Meglio non utilizzare

borotalco in quanto è una polvere volatile che può essere inalata e non idrata a sufficienza la cute del bimbo; inoltre si accumula nelle pieghe cutanee provocando spiacevoli irritazioni.

COME SI FA IL BAGNETTO?

Mettere nella vaschetta (o lavandino) poca acqua calda, aggiungere il prodotto per l'igiene (sapone o olio), e dopo aver spogliato il bimbo immergerlo delicatamente nell'acqua. Il neonato si tiene seduto, con la testa appoggiata all'avambraccio del genitore con la mano sotto l'ascella a sorreggerlo, in modo da lasciare l'altra mano libera per lavarlo.

Si procede dalla testa, al viso, al corpo. I capelli si lavano con lo stesso detergente della cute (per i primi mesi non usare shampoo). L'igiene deve essere eseguita delicatamente e in tempi brevi. Subito dopo si avvolge il neonato in un asciugamano.

L'asciugatura avviene con frizioni delicate facendo attenzione alle pieghe cutanee che devono essere asciugate bene per evitare irritazioni. Per asciugare i capelli utilizzare solo l'asciugamano, non il phon. Successivamente si può massaggiare il neonato con un prodotto idratante della cute (crema o olio), questo favorisce il rilassamento del bambino.



IGIENE DELLE ORECCHIE

Per l'igiene delle orecchie si utilizza l'estremità angolare di una garza o dell'asciugamano e deve riguardare solo la parte esterna dell'orecchio. Non introdurre né cotton-fioc né altro nel condotto uditivo in quanto potrebbero causare danni.

IGIENE DEGLI OCCHI

L'igiene degli occhi si esegue con acqua sterile e garze sterili e solo in presenza di secrezioni.

Si procede delicatamente con la garza imbevuta di acqua sterile, partendo dalla parte vicina al naso verso l'esterno. Si effettua un solo passaggio e si sostituisce la garza; per evitare di riportare lo "sporco" sull'occhio o di contaminare l'altro occhio.



IGIENE DEL NASO

Il neonato non è in grado di eliminare autonomamente le secrezioni nasali, di conseguenza si rende necessaria l'igiene del naso.

Si effettua in presenza di secrezioni che rendono difficoltosa la respirazione e sempre prima dei pasti, per evitare episodi di vomito.

Si utilizza acqua fisiologica disponibile in commercio in fiale dosate.

Procedimento:

- si posiziona il neonato disteso su un fianco con il capo girato,
- con un dito si chiude la narice superiore e si instilla l'acqua fisiologica in quella inferiore in modo da permettere l'uscita delle secrezioni,
- si ripete l'operazione sull'altro lato. Se durante le manovre il neonato presenta momentanea apnea, porlo seduto, picchiettarlo sulla schiena ed eventualmente stimolare il pianto.



IGIENE DEI GENITALI

Un'accurata igiene dei genitali è importante per entrambi i sessi.

Nelle bambine, però, data l'estrema vicinanza di uretra, ano e vagina, l'attenzione deve essere ancora maggiore. È fondamentale detergere la zona muovendosi sempre dal davanti verso il dietro e non viceversa, per non trasportare i batteri dall'ano verso la vagina.

Per lo stesso motivo, se si utilizza una spugnetta è bene fare attenzione a non passarla sui genitali più di una volta, senza prima averla sciacquata in acqua pulita.

In presenza di sola pipì, basta una rinfrescata con acqua. Se invece il piccolo è sporco di feci, è opportuno lavarlo con acqua e un prodotto detergente. L'utilizzo delle "salviettine usa e getta" è invece consigliato solo per i momenti in cui si è fuori casa.

Durante le operazioni di pulizia non vanno dimenticate le pieghe delle cosce, dove possono rimanere residui di pipì e feci.

CURA DELLE UNGHIE

Non sono necessarie particolari cure per le unghie, si deve soltanto controllare la loro lunghezza. Devono essere corte e pulite in quanto il neonato spesso porta le mani al viso.

In caso si rendesse necessario accorciare le unghie si utilizza la lima di carta per i primi quindici giorni di vita, poi si possono usare le forbicine a punte arrotondate.

In questo caso fare molta attenzione a non tagliare l'unghia troppo corta in quanto potrebbe sanguinare.

MEDICAZIONE DEL MONCONE OMBELICALE

La corretta medicazione del moncone ombelicale è molto importante per evitare l'insorgere di spiacevoli infezioni.

Essa varia in base alla presenza o meno del moncone ombelicale.

MEDICAZIONE IN PRESENZA DI MONCONE

Si fa almeno tre volte al giorno, al cambio del pannolino. Se il moncone si inumidisce (es. con pipì) ripetere la medicazione.

Si possono utilizzare prodotti diversi:

- Katoxyn spray o KAdermin spray: si spruzza bene alla radice del moncone proteggendo il viso del neonato con la mano.
- Salviettine monouso (es. Cicamil) oppure garze sterili imbevute con clorexidina o alcol denaturato: si avvolgono per qualche minuto attorno al moncone, poi si tolgono.

Si effettuano queste medicazioni fino alla caduta spontanea del moncone.

Studi recenti dimostrano che con le corrette misure igieniche, tenendo il cordone asciutto e pulito, coperto da garze sterili, senza uso di disinfettanti, si riducono i tempi di essiccamento e di caduta del cordone.

MEDICAZIONE DELLA CICATRICE OMBELICALE

Dopo la caduta del moncone è necessario medicare la cicatrice ad ogni cambio del pannolino con un disinfettante a base alcolica (clorexidina o alcool denaturato) e una garza.

Rimuovere bene le “crosticine”, applicare una garza asciutta e fermarla con una benda a rete non troppo stretta.

Quando è avvenuta la cicatrizzazione (dopo qualche giorno) rimuovere completamente la medicazione. A questo punto si può procedere tranquillamente al bagnetto.

ABBIGLIAMENTO DEL NEONATO

L'abbigliamento del neonato deve essere adeguato alla stagione e alla temperatura.

Deve essere vestito a strati, in modo che sia possibile togliere o aggiungere abiti a seconda della temperatura.

Evitare, possibilmente, di coprirlo troppo facendolo così sudare. Compagno inseparabile è il cappellino (fascia per le bambine), per proteggere le orecchie da colpi d'aria.