

7 sausos kūdikių odos žiemą gydymo priemonės namų sąlygomis



EUBOS CHILDREN CALM SKIN

Dievinate liesti švelnią, trapią ir švelnią savo kūdikio odą? Na, jūs turėtumėte saugotis odos šiurkštumo, bėrimų ir alergijų, į kurias jūsų kūdikis gali būti linkęs žiemą. Dėl aplinkos pokyčių pasikeičia drėgmė ir kūno temperatūra, todėl jūsų naujagimis yra linkęs į alergijas ar dirgiklius.

Kodėl žiemą reikia ypač prižiūrėti kūdikio odą? Kas gali nutikti, jei tai bus ignoruojama ir kokios namų gydymo priemonės gerai veikia kūdikio odą, yra keletas klausimų, į kuriuos jums atsakymus suteiks šis straipsnis.

Kodėl kūdikio oda yra svarbu pasirūpinti žiemą?

Žiema jūsų kūdikiui gali palikti raudoną pleiskanojančią odą bet kurioje kūno vietoje, ypač ant veido. Tai būdinga žiemą tarp naujagimių, nes žiemos ore nėra drėgmės. Išėjus yra naudoti kūdikių drėkinamuosius losjonus ir maudyti juos drungno vandens vonioje.

7 patikrintos namų gydymo priemonės švelniai kūdikių odai žiemą

Geriausias natūralus būdas apsaugoti jūsų kūdikio odą yra kontaktas oda su oda. Tai atsitinka, kai motina apkabina vaiką. Šis paprastas patarimas stabilizuoja kūdikio širdies plakimą ir kvėpavimo įpročius, įskaitant natūralios drėgmės išsiskyrimą iš motinos odos vaikui. Žemiau yra keletas kitų natūralių patarimų, kaip apsaugoti kūdikio odą žiemą.

1. Kūdikių vonia

Žiemą atsiranda sausos kūdikio odos ir bėrimų problemos, kai vaikas netenka natūralių aliejų, o oda pradeda šerpetoti ir sluoksniuotis. Būtinai naudokite švelnų kūdikio muilą ant vaiko odos, sudrėkintos drungnu vandeniu. Taip pat įsitikinkite, kad kambario temperatūra yra šilta, o tai neleis jūsų vaikui peršalti. Vaiko maudymas 3–4 kartus per savaitę padės išlaikyti jūsų kūdikio odą sveiką. Taip pat galite įpilti šaukštą natūralių aliejų, tokių kaip kokosų ar saulėgrąžų aliejus, į drungną vandenį, maudant kūdikį.

2. Naudokite drėkintuvą

Ar žinojote, kad kambario temperatūra veikia jūsų kūdikio odą? Taip, aplinka, kurioje yra jūsų kūdikis, pasirodo ant jo odos. Jei kambario temperatūra yra labai sausa, kūdikio oda gali prarasti natūralius aliejus. Norėdami palaikyti optimalią kambario drėgmę, galite pasirinkti drėkintuvą. Tai subalansuos drėgmės lygį ir teisingą sausumą ore.

3. Kūdikių aliejaus masažas

Švelnus kūdikių aliejaus masažas išlaikys jūsų vaiko odą maitinamą ir sveiką. Viskas, ką jums reikia padaryti, tai užtepti šiek tiek alyvuogių aliejaus ar bet kurio kūdikių aliejaus ir švelniai pamasažuoti. Tai padės išvengti žiemos sausos odos ir bėrimų problemų. Taip pat galite apsvarstyti vazelino naudojimą, kad išvengtumėte sausumo.

4. Laikykite kūdikį šiltą

Kūdikio kūnas yra švelnus ir nėra gerai pasirengęs reguliuoti savo kūno temperatūrą, ypač žiemą. Įsitinkite, kad aprensiate kūdikį sluoksniais, kad vaikas būtų šiltas. Bet ar žinojote, kad žiemą kūdikiui gali pasireikšti bėrimas dėl perkaitimo? Taip, tai atsitinka, kai vaikas yra apvilktas ypač šiltais drabužiais. Stebėkite, ar jūsų kūdikis yra linksmas ar irzlus. Tai gali parodyti kad jūsų kūdikis yra suvyniotas į per šiltus drabužius.

5. Saugokitės vystyklų bėrimo

Drėgni vystyklai gali sukelti niežulį ir bėrimą jūsų kūdikiui. Tai ypač atsitinka žiemą, kai vaikas apgaubiamas šiltais jaukiais drabužiais. Jei jūsų kūdikio užpakaliuko srityje atsiranda bėrimų, nenaudokite talko miltelių, nes tai gali sukelti per didelį odos sausumą. Apsvarstykite galimybę naudoti sauskėlių kremą (kremas nuo sauskėlių dermatito) ar vazeliną drėkinimui.

6. Saugokitės kūdikio galvos pleiskanų

Žiema gali sukelti kūdikio galvos pleiskanas. Taip, galite nustebti, kai nuimate kūdikio žieminę kepurę ir pamatote pleiskanas. Tai būdinga kūdikiui ir atsiranda dėl aliejaus liaukų jūsų vaiko odoje. Viskas, ką jums reikia padaryti, yra dažnai patrinti kūdikio galvos odą vaikišku aliejumi.

7. Palaikykite kūdikį hidratuotą (gaunantį pakankamai skysčių)

Jei jūsų vaikas yra vyresnis nei 12 mėnesių, įsitinkite, kad žiemą jūsų kūdikis geria pakankamai skysčių. Mažiausiai 6 stiklinės vandens ar kokosų vandens bus naudingas jūsų vaikui. Didelis šaltis kartais gali išsausinti jūsų vaiką. Nepamirškite, kad vaikas turi gauti pakankamai skysčių (geriausia vanduo).

Kodėl reikia būti ypač atsargiems, jei jūsų kūdikis turi sausą odą?

Kartais jūsų kūdikio oda gali išsausėti, būti raudona ir, jei taip atsitiko, jos neignoruokite. Tai gali būti egzemos ar atopinio dermatito požymis, o egzema ir atopinis dermatitas gali būti kelias į sunkias infekcijas. Kuo anksčiau pastebėjė simptomus pasikonsultuokite su gydytoju, jei susidūrėte su bet koku bėrimu ar odos lupimusi. Vienas paprastas būdas užkirsti kelią sausai kūdikių odai žiemą - reguliariai drėkinti kūdikių odą aliejumi.

Kaip apsaugoti kūdikį nuo sausos odos?

Kūdikio oda yra trapi ir švelni, todėl jos apsauga nuo bėrimų ir niežėjimo gali būti nelengva. Tačiau čia yra keletas paprastų patarimų, kurie padės apsaugoti jūsų vaiką nuo sausos odos.

- Nemaudykite kūdikio per dažnai
- Nemaudykite kūdikio karštame vandenyje
- Naudokite tinkamą muilą. Prieš pradėdami vartoti naują priemonę (ar kita odos kosmetika), pasitarkite su gydytoju.
- Neleiskite kūdikiui ilgai žaisti muiluotame vandenyje. Muiluotas vanduo gali sukelti niežėjimą ir sausumą.
- Po maudymosi patapšnokite rankšluosčiu ant kūdikio odos, kad neliktų drėgmės (netrinkite).

DUK

Jūsų kūdikio oda yra pirmoji gynybos linija nuo mikrobus ir infekcijų, todėl ją saugoti būtina. Odos sausumas dažniausiai būna žiemą ir gali sukelti sunkias infekcijas, jei negydoma. Be to, čia yra keletas dažnai užduodamų klausimų, kurie suteiks informacijos apie kūdikio odą žiemą ir kitus dažnus klausimus apie ją.

Ką kūdikiui reiškia kontaktas “oda prie odos”?

Panašiai kaip apkabinti savo mylimąjį, oda su oda su kūdikiu reiškia, kad mama ramina savo vaiką, laikydama kūdikį prie savęs. Tai turi būti daroma vidutiniškai 60 minučių per dieną. Tai yra geriausias būdas užkirsti kelią kūdikio sausai odai.

Ar žindymas gali pagerinti kūdikio veido spalvą (jei yra dėmelės ar kiti nelygumai)?

Na, kai kuriais atvejais tai gali atsitikti keliems kūdikiams. Be to, mediciniškai įrodyta, kad motinos piene yra daug maistinių medžiagų, kurios gali apsaugoti jūsų kūdikį nuo virusų ir taip pat padeda šviesinti odos spalvą.

Ar galiu vazeliną naudoti kūdikio veidui?

NE, patariama kuo anksčiau pasikonsultuoti su gydytoju, jei kūdikio veido oda yra sausa. Vazelinai ir kiti naftos produktai yra rekomenduojami tik esant bėrimams ir sausai kojų ar rankų odai.

Ar turėčiau kasdien maudyti kūdikį?

Ne visai! Jums nereikia kiekvieną dieną kūdikio maudyti vonioje, nes tai gali sukelti odos sausumą ir niežėjimą. Kiekvieną dieną galite kruopščiai nuplauti jų kaklą, rankas, užpakaliuką, naudodamiesi vonios kempinėle.

Ar galiu naudoti kokosų aliejų ant savo kūdikio veido?

TAIP, sausai odai gydyti ant kūdikio veido galite naudoti keletą lašų kokosų aliejaus. Taip kūdikio oda bus drėkinama ir išvengsite odos sausėjimo žiemą. Apsaugoti kūdikio odą nuo niežėjimo ir sausumo žiemą gali būti sunku. Tačiau prieš perkant bet kokius kūdikių odos priežiūros produktus, rekomenduojama pasitarti su gydytoju. Turite suprasti, kad jūsų kūdikio oda yra trapi ir švelni. Taigi, norint kovoti su aplink slypinčiomis infekcijomis, jai reikia skirti ypatingą rūpestį, kol kūdikis pats pradės reguliuoti savo imuniteto lygį. Gyvenkite saugiai, rūpinkitės atsakingai!

<https://www.medlife.com/blog/7-winter-home-remedies-for-baby-skin/>

#egzema, #kremas, #oda, #kosmetika.