

- В комнате, где спит малыш, нужно поддерживать комфортные условия: днём  $t^{\circ}$  воздуха - 20-22 $^{\circ}$ C, ночью - 18-20 $^{\circ}$ C, свежесть (после проветривания и без сквозняков), с влажностью 50-70%. Это оптимальные параметры, когда слизь в носу не засыхает и не возникает препятствий для свободного дыхания.

- Сохранение здоровья малыша должно стать поводом отказа от курения членов семьи (недопустимо курение в квартире, но, даже если взрослые выходят курить на балкон или из квартиры, частицы дыма и пепла заносятся на одежду, волосах, коже рук; воздух, выдыхаемый курящим человеком, также опасен для ребёнка).

- Спать ребёнок должен в спокойной обстановке. Но и не нужна полная тишина.

- Пока малыш не подрастёт и не окрепнет, не стоит приглашать в дом гостей, посторонних людей. За ним должны ухаживать определённые люди (мама, отец, бабушка) во избежание лишних контактов.

### ЭТИ НЕСЛОЖНЫЕ ПРАВИЛА СЛЕДУЕТ ВЗЯТЬ «НА ВООРУЖЕНИЕ» ВСЕМ МОЛОДЫМ РОДИТЕЛЯМ!



### КГБУЗ «ВКДЦ»

КРАЕВОЙ ЦЕНТР МЕДИЦИНСКОЙ ПРОФИЛАКТИКИ

📍 Владивосток, ул. Светланская, 131

✉ [cmrvkdc@mail.ru](mailto:cmrvkdc@mail.ru) ☎ 8(423)2-26-07-85

Составитель: врач КЦМП КГБУЗ «Владивостокский клиничко-диагностический центр» Минеева Т.Н.

Согласовано: к.м.н., доцент, гл. внештатный специалист по инфекционным болезням у детей ДЗ ПК Черникова А.А.

ВЛАДИВОСТОКСКИЙ КЛИНИКО-  
ДИАГНОСТИЧЕСКИЙ ЦЕНТР

КРАЕВОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ЗДРАВООХРАНЕНИЯ



## ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ РОДИТЕЛЕЙ С НОВОРОЖДЁННЫМИ ДЕТЬМИ

[www.vkdc.vladmedicina.ru](http://www.vkdc.vladmedicina.ru)

📍 Клиничко-диагностический центр г. Владивостока

*Принеся новорожденного малыша из родильного дома, многие родители поначалу очень боятся сделать что-то не так и постоянно сомневаются, правильно ли они обращаются с малышом. Существуют достаточно простые правила поведения родителей с новорождённым.*



- Беря малыша на руки, поддерживать все тело и головку, чтобы она не откинулась назад и не выгнулась спина.

- Подобрать одежду, которая не стесняла бы естественной позы малыша; избегать тугого пеленания (оно препятствует нормальному кровообращению, нарушает теплопродукцию и увеличивает поверхность теплоотдачи).

- Отказаться от одевания рукавичек в комнате – они замедляют психомоторное развитие младенца.

- Ноготки ребенка следует постригать специальными маникюрными ножницами с закругленными кончиками раз в неделю.

- Стараться не использовать сумку-кенгуру (малышу в ней сложно двигать головой, что ведёт к риску удушья).

- Не допускать длительного плача ребёнка (у него есть причина для беспокойства: голод, дискомфорт, связанный

с пеленанием, плохое самочувствие и т.д.).

- Избегать появления опрелостей: ежедневно мыть малыша чистой водой, подмывать без использования моющих средств после каждого мочеиспускания и дефекации спереди назад (особенно это важно для девочек, чтобы частицы кала не попали на наружные половые органы, во избежание воспалительных процессов); при использовании памперсов не держать в одном малыша сутками – менять несколько раз в день. Для обработки естественных складок на коже использовать специальные кремы или присыпки, рекомендуемые педиатром.

- Не следует снимать первородную смазку и корочки на голове новорождённого.

- Младенца следует купать в собственной ванночке. В воду для купания не добавлять настои трав, раствор марганцовки. При купании ребёнка обязательно поддерживать голову младенца над водой. Сначала помыть всего, затем только голову, стараясь защитить глаза от попадания воды. В конце сполоснуть малыша чистой водой. Специальное моющее средство использовать не чаще, чем раз в неделю.

- Для купания новорождённых использовать воду 36-37 $^{\circ}$  и в течение первых двух недель - только кипяченую. После купания пупочную ранку у младенца просушить салфеткой и обработать раствором 1% бриллиантового зеленого.

- Оберегать родничок ребёнка от воздействия твёрдых и острых предметов.

- После кормления обязательно пару минут подержать малыша вертикально («столбиком»), чтобы вышел воздух, попавший в пищевод при сосании.

- Воздушные ванны, когда малыш в комнате без распашонки и памперса, могут продолжаться несколько минут при температуре воздуха 22-24 $^{\circ}$ C.

- Выкладывая малыша на пеленальник, не оставлять его без присмотра (осуществляя хаотичные движения или перевернувшись, он может упасть на пол).

- Ни в коем случае не брать ребёнка грудного возраста на

пляж (у него быстро наступает перегревание, что ведёт к обезвоживанию, судорогам, тепловому удару, смертельному исходу).

- Не ставить переноску с младенцем в общественных местах на пол.

- Не приучать малыша к сосанию «пустышек» (они могут стать причиной отказа от груди, источником инфицирования, формирования неправильного прикуса).

- Не следует оставлять малыша на всю ночь в своей постели, а также спать на лоджии, балконе одному без присмотра. У новорождённых фаза глубокого сна наступает лишь через 20-30 минут после засыпания. В это время, находясь рядом с матерью, он чувствует себя защищённым, имея психоэмоциональный контакт с ней. Но затем нужно переложить в его кроватку (крепко заснув, родители могут придавить массой своего тела).

- Первые месяцы жизни ребёнка кроватку лучше ставить в комнате родителей, это позволит уловить его беспокойство и скорее определить причину.

- Очень важно правильно уложить ребёнка: самое безопасное положение – лёжа на спине с повернутой на бок головой.

- Нельзя давать ребёнку сосать из бутылочки в кроватке, оставляя его без присмотра (он может захлебнуться смесью, водой или рвотной массой).

