

časopis pro maminky s miminky

HRAČKA
ZA PŘEDPLATNÉ

Miminko

Miminko®

www.casopis-miminko.cz

Jak relaxovat
s bříškem

Máme se bát
tvrdnutí břicha
v těhotenství?

Jaká má být
plodová voda

Souvisí rozměry
pánve s porodem?

Víte, jak uspat
miminko?

Trápí vaše
dítě v létě
angíny?

KDYŽ DÍTĚ
POŠTÍPÁ HMYZ

Čeho se bát v lese

Biopotraviny
a batole

7 let
S VÁMI



DÁREK

čtěte na straně 81

33 Kč / 1,53 € 7. ročník

červenec/srpen 09



Z ORDINACÍ PEDIATRŮ



Na vaše otázky odpovídá:
Sylva Zajícová
dětská lékařka

KDYŽ SE MIMINKO NARODÍ V LÉTĚ

**Na otázky týkající se „letních miminek“,
odpovídá dětská lékařka Sylva Zajícová,
která působí v Ostravě a v Praze:**

Letní porody přinášejí z hlediska péče o dítě výhody i nevýhody. Jaké nejpodstatnější byste uvedla?

Mezi výhody bych zařadila snadnější oblékání dítěte, jednodušší manipulaci při transportu a možnost delšího pobytu venku na čerstvém vzduchu. U dětí narozených v letních měsících musíme ale dávat pozor především na přehřátí organismu a s tím související dostatečný přísun tekutin. Častější je výskyt potniček a vznik opruzenin v kožních záhybech. Myslet musíme na ochranu kojence před slunečním zářením.

Může miminko bezprostředně po návratu z porodnice ven?

Adaptace na nové prostředí není pro miminko jednoduchá. Při chladnějším počasí bych v prvních dvou dnech po návratu z porodnice doporučila pobyt novorozence v postýlce u otevřeného okna, kam ho uložíme vhodně oblečené a přikryjeme. Pokud jsou dny teplé, je možné s dítětem chodit ven prakticky okamžitě.

Kolik snese novorozenec slunce a jak ho chránit?

Děti do jednoho roku věku je nutné před přímým slunečním zářením zcela chránit. Kůže novorozenců má tenčí rohovou vrstvu a není ještě ani dostatečně vyvrálá schopnost pigmentace. Doporučuje se pobyt ve stínu, v kočáru dítě chráníme korbíčkou. I u starších dětí pobyt na přímém slunci výrazně omezuje. V době od 11 do 15 hodin směji pobývat pouze ve stínu. K ochraně můžeme

využít speciální textilie, odrážející UV záření v kombinaci s fotoprotekčními krémy s SPF 50.

Dítě se může více potit. Jak jeho pokožku ošetřovat?

V kožních záhybech může docházet ke vzniku intertriga (opruzení), které je způsobeno kombinací působení mechanického dráždění, potu, moče a neprodyšného oblečení. Projevuje se zarudnutím pokožky v oblasti hýždí, genitálu, dále pod krkem a v podpaží. Postupně mohou ložiska mokvat a vznikat trhliny. Opružený zadeček častěji větráme, do záhybů pod krkem můžeme dát gázové záložky. Používáme vhodný krém proti opružení. Pokud projevy nemizí a rodiče si nejsou průběhem jisti, je vhodné navštívit pediatra či dermatologa, kteří dítěti indikují vhodnou lokální léčbu.

A jak postupovat při výskytu potniček?

Vznikají jako důsledek zahřátí pokožky dítěte. Na kůži se projevují jako zarudlé plošky, uprostřed nichž jsou drobné hrbolky. Vhodným oblečením a omezením pobytu v horkém prostředí tyto projevy většinou samy ustoupí.

Jak zajistit pitné potřeby miminka?

V období horkých slunných dnů je nezbytné, aby dítě mělo dostatečný příjem tekutin. U dětí je ve srovnání s dospělými množství tělesné vody procentuálně vyšší. U kojenců podíl vody na tělesné hmotnosti tvoří 75-80%. Již ztráta 10% z tělesné hmotnosti může být pro nejmenší děti kritická.



statečné kojení, případně mléčná formule umělé výživy. Pokud je venku opravdu velmi horko, můžeme kojenci nabídnout menší množství dětského ovocného čaje, neslazeného, připraveného z kojenecké vody.

Doporučujete pro transport spíše kočárek nebo šátek?

Nepohlížela bych na šátek na nošení jako na náhražku kočárku. Na delší procházky bych doporučila kočárek, na kratší vzdálenosti šátek. Vždy je třeba u novorozenců podírat hlavičku a dbát na to, aby se šátek nezařezával do nožiček a ručiček dítěte. Nošení v šátku na zádech bych doporučila až od čtyř až pěti měsíců.

Odkdy lze miminko (venku) koupat?

Mořská voda miminkům nevádí, jen je dobré pohlídat, ať se jim nedostane do očí nebo do úst. Ve stojatých vodách bych dítě do jednoho roku věku nekoupala. I u starších dětí je riziko vzniku kožní vyrážky ve stojatých vodách, kde se mohou vyskytovat sinice, vysoké. Při náhodném spolykání vody může dítě dostat i průjmavité onemocnění. Po koupání je vhodné kůži opláchnout pitnou vodou a ošetřit pokožku dětským krémem.

Na co dalšího je u letních novorozenců třeba dát pozor?

Časté je také poštípnání mhyzem, kterému se dá předcházet dobře upevněnou moskytiérou.

Připravila:
Eva Labusová

Denní potřeba vody je závislá na věku dítěte, u dětí od 10. dne do 7. měsíce je to 150-160 ml/kg. Zdravým kojencům v období prvních 6 měsíců odpovídající množství tekutin plně zabezpečuje do-