

## Îngrijirea bontului ombilical

Bontul ombilical al nou-născutului trebuie menținut curat timp de câteva săptămâni, până se usucă și cade, lăsând în urmă un buric închis.

Recomandarea este ca bontul ombilical să aibă posibilitatea să stea la aer și să se usuce treptat, în mod natural.

Operațiunea trebuie realizată cu delicatete, astfel încât bontul ombilical să nu fie atins sau supus unei presiuni care să determine ranirea sa.

Recomandarea este ca hainele copilului să fie ceva mai largi și delicate, pentru a nu favoriza frecarea.

Nu trageți de bontul ombilical!

### Temperatura în camera copilului

- ✓ Temperatura ideală este între 20-23°C, la băiță 1°C în plus
- ✓ Umiditatea între 60-65%

### Temperatura nou-născutului și modalități de termometrizare

- ✓ temperatura normală a corpului bebelușului este între 36-37,5°C
- ✓ febra este considerată temperatura mai mare de 38,5°C intrarectal
- ✓ alte modalități de măsurare a temperaturii sunt: auricular, frontal, axilar, cu dispozitive special concepute, ajutându-vă în monitorizarea temperaturii.
- ✓ dacă bebelușul dumneavoastră prezintă febră vă rugăm încercați să scădeți temperatura dezbrăcând bebelușul în scutec, să-l ștergeți cu apă caldă și să solicitați consultul medicului

### Mod preparare lapte praf și sterilizarea tetinelor

Înainte de prepararea și utilizarea echipamentelor este bine să se respecte regulile de igienă a mâinilor.

- ✓ zona unde se prepară laptele praf trebuie să fie curată și igienizată
- ✓ sticlele, tetinele și celelalte accesorii trebuie să fie curate și sterilizate
  - Pentru curățare folosiți: - perie pentru curățarea sticlelor și tetinelor
  - apă cu detergent
  - apoi clătiți din abundență cu apă
  - Pentru sterilizare folosiți: - sterilizator comercial
  - vas cu apă care fierbe
  - pot fi sterilizate și la aburi sau în cuptorul cu microunde
  - Pentru preparare: - se utilizează apă fiartă care se adaugă în sticlă întotdeauna înaintea prafului
  - urmați instrucțiunile de preparare înscrise pe ambalajul formulei de lapte
- ✓ conținutul se poate răci prin plasarea biberonului sub jet de apă rece, verificând pe încheietura mâinii, prin picurare.

### Baia nou-născutului

- se poate face zilnic sau de 2-3 ori pe săptămână
- temperatura ideală a apei de baie oscilează între 37-38°C
- folosiți produse care nu irită pielea bebelușului
- în zilele în care nu i se face baie, se poate realiza toaletă parțială, adică fața și zona genitală

### Plimbarea nou-născutului

Este important ca nou-născuții să fie scoși la aer. Plimbările le fac bine, lumina soarelui favorizează sinteza vit.D, importantă pentru creșterea și dezvoltarea oaselor, și în plus, sunt o sursă de stimuli. Totuși, alege locuri cu verdeț și liniște, evită plimbările în caz de vânt, ceață sau ploaie; evită zonele aglomerate și spațiile închise.

### Necesitatea prezentării la medicul de familie imediat după externare

La externare se înmânează biletul de ieșire din maternitate, în care sunt prevăzute câteva recomandări de care ar fi bine să țineți cont, alături de carnetul de vaccinări al bebelușului în care sunt menționate vaccinurile administrate pe timpul spitalizării.