

Odpowiada:

Lek. Ewa Kubik

Doktor Panda

Tel: 536 153 711

Facebook: <https://www.facebook.com/doktorpanda1>

Katarzyna

Zauważyłam u syna tętniące ciemiączko, czy jest to niepokojące?

Odpowiedź Ewa Kubik: odpowiedziałam podczas wykładu

Dominika

Czy szczotkujemy główkę dziecka, które nie ma jeszcze włosów?

Odpowiedź EK: odpowiedziałam podczas wykładu

Marzena

Co stosować na skórę u dziecka, które było naświetlane i skóra się bardzo wysuszyła?

Odpowiedź EK: W przypadku suchej skóry warto zastosować emolienty – w zależności od stanu skóry dziecka 2-6 x dziennie wg zasady: jedną pompkę wyciśniętą emolientu rozprowadzamy na jedną część ciała (czyli grubo). Oczywiście, jeżeli poza wysuszeniem mamy zaczerwienienie, inne zmiany, warto, by udać się do lekarza pediatry, który zdecyduje o dołączeniu innych preparatów.

Marta

Czy włoski niemowlaka lepiej szczotkować po kąpielu czy na sucho?

Odpowiedź EK: Najlepiej nałożyć emolient/oliwkę przed kąpielą, następnie czapeczkę na 10 minut, po czym wykąpać dziecko. Po kąpielu delikatnie osuszamy ręcznikiem poprzez przykładanie (nie pocieramy) i następnie wyczesujemy włoski miękką szczoteczką.

Daria

Czy ta prezentacja będzie dostępna po konferencji?

Odpowiedź EK: Postaram się przygotować konspekt, który będzie dostępny na moim profilu „Doktor Panda” i na stronie Świadomej Mamy.

Marta

Jak walczyć z pleśniawkami?

Odpowiedź EK: Podstawą leczenia pleśniawek jest stosowanie leków przeciwgrzybiczych (dostępnych na receptę) w postaci zawiesin czy płynów do pędzlowania jamy ustnej.

Do nałożenia używamy jałowej gazy nawiniętej na palec, który należy nasączyć roztworem leku przeciwgrzybiczego i delikatnie posmarować język, podniebienie i policzki dziecka. Super sprawdzają się także patyczki z płaską główką. Lek nakładamy po karmieniu.

Anna:

Moje dziecko, 5 miesięcy, na twarzy ma czarne kropki. Wygląda to tak jak zaskórniki, wągry. Co na to można stosować?

Odpowiedź EK: Niestety bez zdjęć, zobaczenia zmian nie jestem w stanie udzielić odpowiedzi na to pytanie.

Marzena Białe kropeczki na dziąsłach? Objaw wyrzynających się ząbków czy coś niepokojącego?

Odpowiedź EK: Odpowiedź udzielona podczas wykładu.

Katarzyna

Jak możemy pomóc dziecku podczas ząbkowania? Czy mogą być wtedy problemy ze snem? Syn budzi się w nocy dużo częściej i płacze...

Odpowiedź EK: Oczywiście mogą pojawić się problemy ze snem, a nawet z jedzeniem. By pomóc dziecku zacznijmy od masowania dziąsełek – wykorzystujemy do tego nasz wymyty palec, nasączony w wodzie/mleku.

Rozszerzając temat masażu: Poza dziąsełkami, możemy również masować (stymulować) wewnętrzną stronę policzków, przednią część języka, mięsień okrężny ust. Dzieci uwielbiają taką stymulację jamy ustnej – także polecam ją nie tylko przy ząbkowaniu, ale przed każdym karmieniem dziecka od urodzenia.

Poza masowaniem ulgę przynoszą zimne gryzaki (trzymane w lodówce).

Dodatkowo możemy zastosować żel z lidokainą (cienka warstwa na dziąsełka do 4-5x dziennie, ważne: po karmieniu, nie przed). Trzymany w lodówce, bowiem zimny przynosi lepsze ukojenie dla maluszka.

Gdy dziecko mniej je, nie pomagają wyżej wymienione metody, możemy podać leki przeciwbólowe: Paracetamol (od narodzin) w dawce 15mg/kg co 6h lub powyżej 3 miesiąca życia Ibuprofen w dawce 10mg/kg co 8h.

Elwira

Jakie preparaty poleca Pani na zaczerwienienia w okolicach intymnych u maluszka ?

Odpowiedź EK: Niestety nazw handlowych podać nie mogę. Natomiast przy zaczerwienieniu okolic intymnych warto wykonywać nasiadówki z kory dębu (dostępna w aptece). W formie saszetek (jak od herbaty). Zaparzamy w dużym kubku dwa woreczki i taką esencję wlewamy do wanienki z wodą (temperatura takiej nasiadówki powinna wynosić 36 stopni) i sadzamy w niej dziecko. Czas nasiadówki: tak długo ile mamy ciepłą wodę. Warto pamiętać, by rozchyłać dziewczynkom wargi sromowe podczas nasiadówki.

Poza tym możemy stosować maść pięciornikową (zwracajcie Państwo uwagę na skład by nie zawierała kwasu bornego) przy każdej zmianie pieluszki do czasu ustąpienia zmian.

Dodatkowo warto pomyśleć przy zaczerwienieniu wokół cewki moczowej o wykonaniu badania ogólnego moczu, jeżeli występują inne objawy.

Jeżeli powyższe nie pomagają, należy udać się do lekarza, który oceni czy nie doszło na nadkażenia i nie wymaga włączenia leczenia.

Magdalena

Jak się nazywa Pani profil do śledzenia? 😊

Odpowiedź EK: Profil na facebooku Doktor Panda: <https://www.facebook.com/doktorpanda1>

Monika

Co najlepsze na trądzik niemowlęcy?

Odpowiedź EK: Odpowiedź może zaskoczyć, ale najważniejszą rolę odgrywa tutaj czas i higiena – przemywanie wodą przegotowaną (niczym więcej). Nie stosujemy kremów, innych preparatów, gdyż nie przyspieszają jego ustępowania, co więcej mogą go wydłużać, gdyż zamykają pory.

Jeżeli to nie pomaga, należy udać się do pediatry, gdyż może to nie być wcale trądzik niemowlęcy.

Katarzyna

Dziecko ślini się i wszystko wkłada do buzi, pojawiły się czerwone plamy wokół ust. Co możemy zrobić aby zapobiec takim zmianom?

Odpowiedź EK: Przy ślinieniu i wkładaniu wszystkiego do buzi takie zmiany pojawiać się mogą. Przede wszystkim pamiętajmy, że wkładanie rąk i wszystkiego do buzi to etap rozwoju naszego niemowlaka i powinien nas cieszyć ;)

Na takie zmiany po pierwsze higiena: przemywanie skóry zwykłym gazikiem nasączonym wodą. Oczywiście nie wykluczone, że zmiany mogą się nadkazić – wtedy proszę udać się do lekarza, który wypisze odpowiedni preparat.

Marzena: Czy czerwone miejsca na policzkach mogą być objawem alergii pokarmowej ?

Odpowiedź EK: Zmiany na policzkach mają różną przyczynę i należy rozszerzyć wywiad o inne objawy, wywiad rodzinny, alergiczny, sposób karmienia, pielęgnacji skóry.

Zaczerwienienie policzków przejściowe może wynikać z przegrzania/przechłodzenia dziecka. Ponadto występuje jako jeden z objawów atopowego zapalenia skóry, łojotokowego zapalenia skóry (jednak konieczne jest wtedy rozszerzenie wywiadu, zbadanie dziecka, wyglądu skóry całego ciała).

Zaczerwienione policzki to również jeden z objawów alergii na białko mleka krowiego.

Natomiast muszą występować także inne objawy – jeżeli występuje jako jedyny nie pozwala na rozpoznanie takiej alergii. Konieczne jest więc poszerzenie wywiadu i zbadanie dziecka, by móc w pełni odpowiedzieć na to pytanie ;)

Agnieszka

Do którego okresu należy "odbijać" dziecko? Co w przypadku jeśli występuje obawa "utajonego ulewania".

Odpowiedź EK: Tak naprawdę nie ma obowiązku odbijania dziecka i nie ma górnej granicy konieczności odbijania. Gdy dziecko po karmieniu jest spokojne, zasypia - nie musimy go odbijać po każdym karmieniu. Jeśli występują jakiekolwiek obawy należy skonsultować się z lekarzem celem poszerzenia wywiadu, oceny skuteczności karmień, przyboru masy ciała – na tej podstawie lekarz zadecyduje o dalszym postępowaniu.

Magdalena

Gdy dziecko nie chce jeść z piersi, to wystarczy odciągać pokarm z piersi i podawać je w butelce?

Odpowiedź EK: Powodów, dla których dziecko nie chce ssać z piersi jest wiele – złe przystawienie do piersi, problemy z uchwyceniem brodawki przez maluszka, krótkie wędzidełko, wzmożone napięcie mięśniowe i wiele innych. Dlatego warto znaleźć przyczynę, by ją leczyć i móc karmić piersią – warto wtedy udać się do certyfikowanego doradcy laktacyjnego/neurologopedy/pediatry, którzy zbadają dziecko, ocenią sposób karmienia, przystawiania, inne elementy i pomogą je skorygować lub skierują w razie potrzeby do innego specjalisty (laryngologa/fizjoterapeuty).

W tym czasie (diagnostyki, oczekiwania na wizytę), gdy dziecko nie chce pić z piersi warto odciągać pokarm laktatorem z dwóch powodów – by móc dokarmiać dziecko i utrzymać laktację.

Marzena

Co pomoże na biegunkę 11-miesięcznemu dziecku?

Odpowiedź EK: Przy biegunce najważniejsze to dbanie o prawidłowe nawodnienie dziecka. To jest najważniejsze! Najlepiej płyny chłodne, obojętne: wodę lub sok jabłkowy rozcieńczony wodą w proporcji 1:1, herbata. Możemy stosować również specjalne płyny nawadniające dostępne w aptece. Dziecko ważące 10 kg powinno wypić na dobę ok. 1litra płynów.

Dodatkowo podajemy probiotyki. Sami nie włączamy leków przeciwbiegunkowych u dzieci. Gdy biegunka się utrzymuje dłużej warto udać się do lekarza, by ocenił stopień nawodnienia, wygląd stolców, przybór masy ciała i zdecydował o dodatkowym leczeniu/diagnostyce.

Justyna

Jak często czyścić nos oraz czy przy 2-miesięcznym dziecku stosować katarak podłączony do odkurzacza?

Odpowiedź EK: Można stosować katarak podłączony do odkurzacza u 2-miesięcznego dziecka.

Wykorzystujemy go przy katarze (wtedy, gdy potrzebujemy oczyścić nos). Robimy to delikatnie, z wyczuciem, by nie uszkodzić błony śluzowej nosa.

Kiedy nie ma kataru: po wkropleniu soli fizjologicznej do noska przy porannej pielęgnacji, gdy słyszymy furczenia, z którymi niemowlę nie radzi sobie leżąc na brzuszku.

Marta

Słyszałam że przy karmieniu piersią nie trzeba trzymać malucha do odbicia. Czy to prawda?

Odpowiedź EK: Nie ma obowiązku odbijania dziecka po każdym karmieniu. Gdy dziecko po karmieniu jest spokojne, zasypia – nie musimy odbijać.

Aleksandra

Jak pomóc dziecku, które ma wiotkość krtani?

Odpowiedź EK: Wiotkość krtani z reguły nie wymaga leczenia i ustępuje samoistnie. Gdy dziecko przybiera na wadze i rozwija się prawidłowo, nie ma powodów do zmartwień. Zazwyczaj do 2. r.ż. objawy ustępują. Oczywiście dziecko powinno podlegać kontroli lekarskiej. Jeśli objawy nie ustępują, są nasilone, dziecko nie przybiera powinno zostać włączone leczenie pod nadzorem lekarza.

Agata

Czy można uzależnić dziecko od sprayu do noska?

Odpowiedź EK: Sprayu do nosa z oksymetazoliną nie stosujemy na co dzień. Włącza je lekarz przy katarze na maksymalnie 7-10 dni. Dłuższe stosowanie może źle wpłynąć na błonę śluzową nosa.

Marta

Jak często czyścimy noski niemowlaka?

Odpowiedź EK: Przy codziennej porannej pielęgnacji noworodka lekko unosimy tułów dziecka i wkrapiamy po jednej kropelce soli fizjologicznej do każdej dziurki i obracamy na brzusek. Gdy słyszymy firczenia, dopiero wtedy odciągamy aspiratorem.

Aleksandra

Czy bez problemu można czyścić uszka dziecka z zewnątrz?

Odpowiedź EK: Tak. Jeśli chodzi o higienę uszu: w przypadku niemowląt czyścimy tylko małżowinę uszną, czyli zewnętrzną część ucha – gazikiem (lub patyczkiem higienicznym) nasączonym wodą. **Nie ma potrzeby czyszczenia ucha „w środku” – w szczególności nie używamy patyczków higienicznych!**, gdyż podrażniają i wpychają woszczek do środka.

Marzena

Czy probiotyki powinno się podawać każdemu dziecku do ukończenia roku? Czy to pomaga na problemy z brzuszkiem?

Odpowiedź EK: Probiotyków nie podaje się profilaktycznie zdrowemu dziecku, jeżeli nie ma do tego wskazań. Do takich wskazań należą: biegunki, antybiotykoterapia, zaburzenia flory przewodu pokarmowego itp.

Patrycja

Czy AZS mija z wiekiem? Objawy tj. zaczerwienienie i swędzenie mogą się nasilać w lecie?

Odpowiedź EK: Objawy mogą nasilać się latem, gdyż pocenie się jest jednym z czynników środowiskowych, który nasila przebieg choroby. AZS jest chorobą przewlekłą, w której występują okresy bezobjawowe i objawowe – nie da się z niego wyleczyć, jednak u zdecydowanej większości dzieci objawy zmniejszają się wraz z wiekiem.

Katarzyna

Czy stosuje się oliwkę?

Odpowiedź EK: Możemy stosować oliwkę do pielęgnacji ciemieniuchy.

Daria

Jak czyścić nos dziecka i od kiedy to robić?

Odpowiedź EK: Przy codziennej porannej pielęgnacji noworodka lekko unosimy tułów dziecka i wkrapiamy po jednej kropelce soli fizjologicznej do każdej dziurki i obracamy na brzuszek. Gdy słyszymy furczenia, dopiero wtedy odciągamy aspiratorem.

Marzena

Co zrobić, jeśli 11-miesięczne dziecko ma suche usta, które często oblizuje ?

Odpowiedź EK: Możemy smarować usta kremem ochronnym (zimą ważne by nie zawierał wody w swoim składzie). W aptekach możemy kupić pomadki przeznaczone dla niemowląt. Dobrze sprawdzają się maści z lanoliną.

Elwira

Chusteczki, które mają 99% wody też są złe ?

Odpowiedź EK: Jeżeli coś naprawdę zawiera 99% wody - taniej i prościej jest użyć wacików nasączonych wodą w domu. Chusteczki, o które Pani pyta warto wykorzystywać na wyjścia.

Ewelina

Córka ma znamię takie suche przy szyjce i za uszami, czy to już AZS?

Odpowiedź EK: Nie można na podstawie tego opisu rozpoznać AZS. Skóra może być przesuszona i to nie musi być AZS. W razie wątpliwości i niepokoju należy poszerzyć wywiad u lekarza pediatry, obejrzeć całą skórę, ocenić inne objawy.

Katarzyna

Higiena intymna chłopców – jak pielęgnować i jakie są najczęstsze dolegliwości?

Odpowiedź EK: Zaczniemy od tego czym myć - myjemy tym co resztę ciała.

U chłopców fizjologicznie występuje zwężenie napletka - jego odciągnięcie jest możliwe zaledwie u 4% chłopców. Dlatego jesteśmy w stanie u noworodków i niemowlaków odsłonić tylko kawałek żołądza prącia lub w ogóle i jest to normalne! I rzecz ważna nie jest to stulejka tylko fizjologiczne zwężenie napletka. I nie należy tego mylić lub zamiennie stosować tych pojęć.

Teraz jak więc postępować? NIE ODCIĄGAMY NA SIŁĘ NAPLETKA! Odciąganie bowiem powoduje mikrourazy, pęknięcia, w efekcie gojenie się może być z bliznowaceniem i powstawaniem stulejki lub nawet spowodować powstanie załupka.

W kąpieli odciągamy tyle ile możemy, do pierwszego oporu i myjemy. Gdy nie możemy nic odciągnąć wówczas myjemy jedynie z zewnątrz i jest to normalne. Ważne by po umyciu naciągnąć napletek z powrotem. W miarę upływu czasu będziemy mogli odciągać coraz więcej w miarę dojrzewania napletka.

Agnieszka

Czym się różni AZS od trądziku niemowlęcego? I jak je rozpoznać?

Odpowiedź EK: Różnią się rodzajem zmian, ich umiejscowieniem. AZS to zaczerwienione zmiany, niewyraźnie odgraniczone, chropowate, przesuszone. Zlokalizowane u dzieci tylko na policzkach, ale też na tułowie, zgięciach łokciowych, kolanowych. Często towarzyszy im nasilony świąd.

Trądzik niemowlęcy ma formę grudek, pęcherzyków zlokalizowany na twarzy (też na tułowie). Często sam mija i nie towarzyszy temu świąd (jeżeli nie doszło do nadkażenia zmian).

Celem zróżnicowania lub wątpliwości należy udać się do lekarza.

Daria

Czego nie poleca się stosować przy pielęgnacji dziewczynek?

Odpowiedź EK: jeżeli chodzi o pielęgnację okolic intymnych nie używamy mokrych chusteczek (sprzyjają sklejanu się warg sromowych). Stosujemy tak naprawdę tylko waciki nasączone wodą przy każdej zmianie pampersa (dodatkowo smarujemy skórę pośladków tłustym kremem - im prostszy skład tym lepiej, by zapobiec maceracji naskórka). Pamiętamy o kierunku przemywania – od góry do dołu, w kierunku odbytu. Wymywamy dokładnie pomiędzy wargami sromowymi – wymywamy zalegającą wydzielinę, gdyż jej pozostawienie sprzyja zakażeniom układu moczowego i powoduje oparzenia skóry pod zalegającą mazią.

Ewelina

Jak zauważyć sklejenie warg sromowych u dziewczynki? Gdzie się udać?

Odpowiedź EK: Przy rozchylaniu warg mniejszych widzimy ich połączenie ze sobą od strony lechtaczki. Wtedy udajemy się do lekarza pediatrii celem włączenia kuracji maścią, która

pozwoli na ich stopniowe rozklejenie. W przypadku braku efektu pediatra skieruje do ginekologa dziecięcego celem dalszego leczenia.

Marta

Wyczytałam że octenisept też może być stosowany na pleśniawki. Czy faktycznie czy może być szkodliwy?

Odpowiedź EK: Nie stosujemy preparatu z oktenidyną na zmiany zlokalizowane na błonach śluzowych jamy ustnej.

Anna

Czy kąpać codziennie noworodka?

Odpowiedź EK: Nie kąpiemy noworodka codziennie, 2-3x na tydzień przez 2-3 minuty przy użyciu samej wody (bez dodatkowych preparatów do momentu odpadnięcia kikuta).

Daria

Czym myć jamę ustną dziecka?

Odpowiedź EK: Za pomocą gazika jałowego nawiniętego na palec, zwilżonego w wodzie lub chusteczkami z ksylitolem.

Marta

Czym myć jamę ustną niemowlaka?

Odpowiedź EK: odpowiedź wyżej

Agnieszka

Kiedy wybieramy placówkę medyczną/pediatrę w POZ? Zanim się dziecko urodzi czy tuż po urodzeniu? Ile dni po urodzeniu powinniśmy się zgłosić na pierwszą wizytę?

Odpowiedź EK: odpowiedź udzielona podczas wykładu

Daria

Może jakieś zestawienie np. 10 najistotniejszych elementów pielęgnacji noworodka, które nie są oczywiste 😊

Odpowiedź EK:

1. Do kąpieli noworodka używamy samej wody. Nie stosujemy emolientów do kąpieli u zdrowego dziecka - wskazane są one u dzieci ze stwierdzonym AZS
2. Po kąpieli zdrowa skóra noworodka i niemowlęcia nie wymaga natłuszczania.

3. Pamiętajmy o porannej pielęgnacji: przemywamy przy pomocy wacików nasączonych wodą czołko, twarz, szyję, paszki, pachwiny.
4. Przy porannej pielęgnacji gazikiem i solą fizjologiczną przemywamy oczy - wkrapiamy kilka kropelek i przecieramy od zewnętrznego kącika do wewnętrznego.
5. Przy porannej pielęgnacji: podnosimy tułów dziecka i wkrapiamy po kropelce soli fizjologicznej do każdej dziurki nosa i obracamy dziecko na brzuch.
6. Po nocy zmieniamy ubranie dziecka na nowe.
7. Celem profilaktyki ciemieniuchy pamiętajmy o regularnym szczotkowaniu owłosionej skóry głowy szczoteczką o miękkim włosiu.
8. W przypadku niemowląt czyścimy tylko małżowinę uszną, czyli zewnętrzną część ucha – gazikiem (lub patyczkiem higienicznym) nasączonym wodą. **Nie ma potrzeby czyszczenia ucha „w środku” – w szczególności nie używamy patyczków higienicznych!**
9. Pamiętajmy o higienie jamy ustnej - używamy do tego celu chusteczki z ksylitolem lub gazik jałowy nasączony wodą i nawinięty na palec i przemywamy dziąsła, policzki i język niemowlaka.
10. W ciągu pierwszych 2 tygodni życia dziecka obserwuje się fizjologiczne złuszczenie naskórka. Po kolejnych 3 tygodniach ustępuje samoistnie i jeżeli jest niewielkie to nie wymaga osobnej pielęgnacji. Do pielęgnacji w razie przesuszenia skóry stosujemy preparaty nawilżające, unikamy kremów natłuszczających- zatykają one pory.