

Njega pupka

Nakon povratka iz rodilišta, obično tri do četiri dana nakon porođaja, pupčani batrljak je suh i smeđkaste boje. Za nekoliko dana potpuno će se sasušiti i otpasti od podloge. U međuvremenu važno mu je pružiti pravilnu njegu.

Njega pupka je vrlo važna, ali i vrlo jednostavna. Mame se ne moraju bojati da će djetetu nanijeti bol. Sui pupčani batrljak ne boli jer je suho tkivo odumrlo.

Evo nekoliko savjeta o njezi pupka:

- Pupak je važno negovati barem jednom dnevno, a ukoliko se gaza smoči ili uprlja, promijenite je prvi svakom previjanju.
- Za njegu su vam potrebni: gaza (najbolje obrađenih rubova kako končići ne bi ušli u ranicu), tekućina za čišćenje (medicinski alkohol ili octenisept sprej), antibiotski prašak za posipanje.
- Važno je očistiti kožu oko pupka i rubno područje dna pupka. Gazom navlaženom alkoholom trebate nježno, ali temeljito očistiti okolinu pupčanog batrljka.
- Novom i čistom gazom koja je također navlažena alkoholom treba očistiti i sam batrljak laganim pritiscima. To će osim dezinfekcije ubrzati i sušenje pupka.
- Batrljak nakon čišćenja treba zaviti u čistu i suhu gazu. Korijen pupka – pri dnu batrljka možete napraštiti antiseptičnim praškom.
- Gazu u kojoj je umotan batrljak najbolje je pričvrstiti rubom košuljice, a ne rubom pelena, koja se brzo smoči.
- Dok pupčani batrljak ne otpadne, gornji rub pelene treba spustiti tako da pupak ne bude umotan u pelenu. Ako imate mogućnosti, za prve je dane dobro nabaviti jednokratne pelene koje imaju urez u obliku slova U, tako da pelene prekrivaju pupak.

Ako vam je dijete nemirno i plače dok obavljate njegu pupka to je vjerojatno zbog neugodnog osjećaja hladnoće od alkohola, a ne zato što mu nanosite bol. Dijete ćete najbolje umiriti mazeći ga i nježno mu tepajući.

Što kada pupčani batrljak otpadne

Pupčani batrljak otpast će za tjedan do dva tjedna, ali će ranica ostati još neko vrijeme. Dok ne zaraste nastavite ga negovati uobičajeno. Na ranu nakon njege trebate stavljati čistu gazu sve dok se na tom mjestu ne stvori krastica, koja će brže otpasti ako je stalno suha i na zraku.

Upale pupka

Područje oko pupka može se upaliti ako se pupak ne održava suh i čist. Infekciju mogu uzrokovati bakterije ukoliko se pupak ne neguje pravilno i ne održava suhim i čistim. Upala može nastati i nakon što batrljak otpadne, a pupčana ranica još nije suha. U tom slučaju dno ranice je upaljeno, može se pojaviti gnojni iscjedak i pupak ima neugodan miris. Koža oko pupka može biti crvena i otečena. U slučaju upale pupka svakako kontaktirajte liječnika jer to zahtijeva stručno liječenje.

Prvo kupanje

Djeca se u rodilištu kupaju pod tekućom vodom, ali za to trebate imati iskustva i spretnost.

Samo ako ste vješti možete kupati dijete dok pupčani batrljak nije otpao; dijete možete staviti u kadicu s malo vode i paziti da ne smočite područje pupka. Ako za to nemate dovoljno vještine ili hrabrosti, perite dijete na stolu i pričekajte s prvim kupanjem dok pupčana ranica ne zaraste. Voda treba biti topla i ugodna (oko 37 stupnjeva). Upotrebljavajte sapun za bebe i izbjegavajte šampone ili pjenušave kupke. Nakon kupanja dijete trebate dobro osušiti tapkajući lagano ručnikom, a posebno pripaziti na pregibe na tijelu.

