



# PŘEBALOVÁNÍ MIMINKA

## Postup:

1. **Připravte vše potřebné** – plínku, mokrý perlan nebo přepláchnuté vlhčené ubrousky, kosmetiku proti opruzeninám – pokud vyhovuje, neměňte!
2. **Rozložte přebalovací podložku na pult.**
3. **Zapněte teplomet** – pokud je v místnosti chladno.
4. **Svlékněte dítě od pasu dolů**, bodýčko či košilku vykasejte nahoru.
5. **Rozlepte plenu a lehce přidržujte jednou rukou nožky.** (Pozor! Dítě za nožky nezvedat!)
6. **Předním dílem plenky setřete stoličku** (směrem k podložce).
7. **Uvolněte nožky.**
8. **Veźmĕte čistý, přepláchnutý ubrousek a otírejte zadeček zepředu od třísel přes kožní záhyby směrem dolů ke konečníku.**
9. **Špinavé ubrousky zasunujte do špinavé pleny.**
10. **Přetočte miminko na bok.**
11. **Dočistěte zadeček, hýždě a záda.**
12. **Vyjměte špinavou plenu** (dítě je stále na boku) a vyhodte ji rovnou do koše (u přebalovacího pultu).
13. **Vložte čistou plenu, lepkami k podložce** (dítě je stále na boku).
14. **Přetočte dítě na záda.**
15. **Zkontrolujte čistotu třísel a kožních záhybů.**
16. **Ošetřete zadeček mastí proti opruzeninám** (třísla, konečník, hýždě, u chlapců pod šourkem, u holčiček velké stydké pysky).
17. **Zalepte plenu, plena volná na dva prsty** (u chlapců penis nasměrujte dolů – riziko přečůrání pleny).
18. **Upravte plenu** (gumičky kolem nožek, přehněte plenu pod pupečník).
19. **Umyjte si ruce.**

**POZOR NA BEZPEČNOST DÍTĚTE, NIKDY SE OD PŘEBALOVACÍHO STOLU NEVZDALUJTE!**



# HOLČIČKA

Otírejte vždy zepředu dozadu, aby se stolička nezanesla do rodidel. Rozhrňte velké i malé stydké pysky a jemně je otřete. U holčiček se z rodidel může uvolňovat čirý táhlý hlen. Je způsoben hormonální reakcí holčičky na vaše hormony, které přešly přes placentu k ní. Hlen může být i s příměsí krve (pseudomenstruace). Je to pouze přechodný jev, po 14 dnech sám vymizí. Hlen je nutné z rodidel vytírat.

# CHLAPEČEK

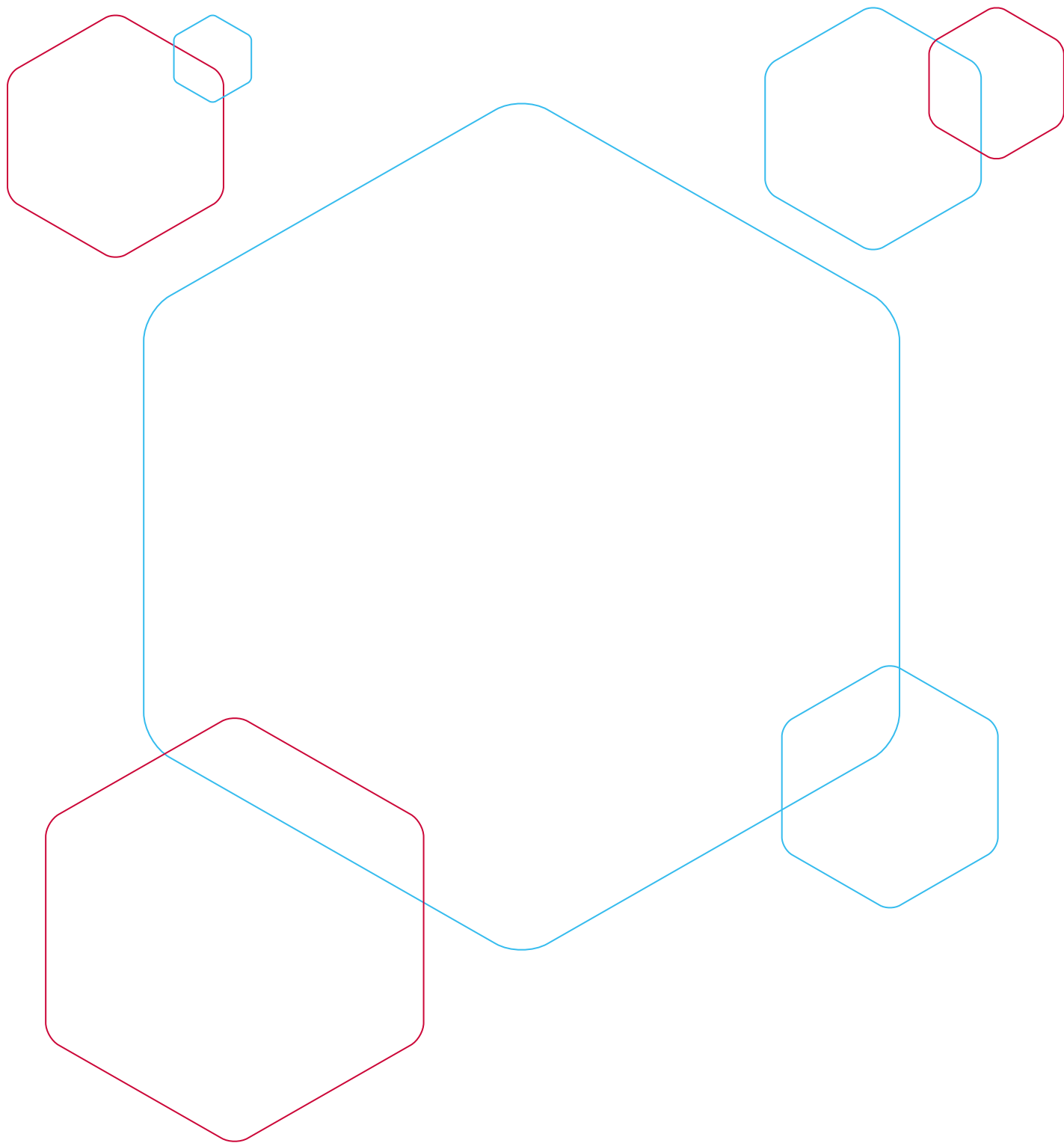
Zadeček otírejte u chlapečků **rovněž odpředu dozadu**. Je to lepší. Zvedněte šourek, očistěte pokožku pod ním. **NEPŘETAHUJTE PŘEDKOŽKU!** U novorozenců a kojenců je předkožka fyziologicky zúžená, jen malé procento chlapců jí má volnou. Předčasnou manipulací s ní můžete způsobit více zla než užitku. Kůže je zde velmi jemná a snadno se vytvoří okem neviditelné trhlinky, které se zhojí jizvami a ty jsou později velmi nepříjemnou a stresující komplikací. Růstem se předkožka postupně uvolní. **Netřeba spěchat!**

**Rezavá skvrnka na plínce?** Jsou to vysrážené močové soli, které se strhávají z močových cest. Jedná se o přechodný jev, který je jak u chlapečků tak u holčiček.

## Rady:

- **Přebalovat novorozence vždy před kojením.** Dítě se rozebere. Pokud se „pokaká“ v průběhu kojení a usne – nebuďte jej. Přebalí se později. Pokud je vzhůru, opatrně po chvíli můžeme přebalit, moc nezvedat nožky, netlačit na břicho (riziko poblínání). Svěrač mezi jícnem a žaludkem není ještě dostatečně pevný. **Přebalovat po kojení až starší miminka!**
- Lepší je dítě umývat pod tekoucí vodou než pouze utírat.
- Usušit zadeček dosucha, často zadeček větrat.
- Vlhčené ubrousky používat jen na cesty, doma žínky (určené na přebalování), perlan..., pokud ubrousky – přepláchnout je čistou vodou (riziko plenkové dermatitidy).
- Není třeba vždy promazávat.
- Utřít zadeček i když se dítě pouze jen počůralo.





[nemocnicevalasskemezirici.agel.cz](http://nemocnicevalasskemezirici.agel.cz)