

# Sådan udfører du personlig hygiejne på dit barn

I det følgende finder du en vejledning til, hvordan du udfører personlig hygiejne på dit barn. Først følger nogle generelle anbefalinger, og herefter kan du læse mere detaljeret om, hvordan du konkret plejer de enkelte kropsdele og -områder.

## Generelle anbefalinger

- Start oppefra og ned.
- Lyt til dit barns signaler. Det er vigtigt ikke at presse dit barn for meget.
- Hvis barnet virker presset, er det bedre at tage en lille del ad gangen og så fortsætte med resten senere.
- Brug altid en ren klud.
- Begynd med ansigtet, brug en våd klud og dup forsigtigt. Tør altid efter med en tør vaskeklud og fortsæt så til øjne, næse, mund og ører.
- Vask så alle folder omkring hals og nakke.
- Vask herefter under armene og fortsæt så med fingre og mave.
- Vask så kønsdele, lyske og numse, hvor du også skal duppe med en tør klud for at undgå rødme.
- Slut af med tæerne.

*Vurdér altid i samarbejde med sygeplejersken, hvad dit barn har overskud til, og hvordan de enkelte kropsområder skal prioriteres.*

## Sådan gør du

### Hudfolder

Vask barnet i alle hudfolder: Bag ørerne, mellem folderne på halsen, under armene og i skridtet. Du skal vaske med lunt vand fra vandhanen. Dup huden tør med en stofble, så der ikke dannes svamp eller anden hudirritation.

### Hænder

De små hænder bevæger sig mange steder hen. Vask dem forsigtigt med lunt vand efter behov.

### Mund og læber

Hold øje med barnets mund og læber, og rens dem jævnligt ved behov. Plej barnets mund med modermælk eller sterilt vand på en vatpind.

### Øjne

Børn, som enten er meget hævede omkring øjnene, ligger i CPAP, er intuberede eller har øjenbetændelse, har brug for at få rensset øjne med sterilt saltvand.

Sådan vasker du dit barns øjne:

- Fugt en gazeklud med saltvand.
- Tør øjet i et strøg fra næseroden og ud – kassér kluden efter hvert strøg.
- Er der behov for yderligere rensning, skal du tage en ny klud.
- Den åbne saltvandsbeholder er holdbar i 24 timer (skriv tid for åbning på beholderen).

Hvis dit barns øjne ikke er hævede og irriterede, skal du gøre som beskrevet herover, men blot bruge rent vand fra vandhanen.

### Hovedbund

Massér dit barns hovedbund med en blød tandbørste eller tættekam. Formålet er at øge blodcirkulationen og dermed forebygge, at der dannes arp.

### Navle

Hold øje med navlen i forbindelse med bleskift. Navlestumpen tørrer normalt ud efter nogle dage og bliver hård. Den kan komme til at lugte og væske, uden at der er tale om infektion.

Sådan efterser du navlen:

- Så længe navlen ikke er helet, skal du efterser den i forbindelse med bleskift.
- Hvis der er rødme, skal navlen tilses af en sygeplejerske.
- Vask navlen med lunkent vand, hvis den er snasket, og tør den bagefter. Der er ingen følelse i navlestumpen, så du skal ikke være bange for at vaske den.

## Vær opmærksom på

### Barnets sutter

For at undgå infektion skal du dagligt rengøre dit barns sutter. Det kan du gøre i forældrekøkkenet på 13. etage. Her finder du en skriftlig instruks.

## Kontakt og mere viden

Har du spørgsmål, er du velkommen til at kontakte os.



**Neonatalafsnit 12 og 13**

Tlf. 97 66 34 42

Vi træffes hele døgnet