



Opruzeniny

Jak může vypadat opruzenina?

nepatrná

mírná

středně závažná

středně až
velmi závažná

velmi závažná



5 stupňů závažnosti

od mírných příznaků k závažným, u každého dítěte může vypadat opruzenina jinak

Zdroj obrázku: www.johnnonsbaby.com



Zdroj obrázku: www.medicalnewstoday.com



Zdroj obrázku: www.babycenter.ca

Prevence vzniku opruzenin

1. kvalitní pleny (dobrá absorpce, prodyšnost) a správná velikost

- **ani** příliš **těsné**, ale **ani** příliš **volné**
- menší velikost plen **zvyšuje tření** mezi kůží a plenou

2. kvalitní kosmetika

- **nepoužívejte** vlhké ubrousky **s alkoholem, parfemací** či **extrakty z rostlin**

TIP: my jsme u našich dětí používaly **Perlan** a **čistou vodu** (někdy s kapkou dětského olejíčku)

3. pravidelné časté přebalování = co nejdříve po znečištění

- **po stolici** doporučujeme pokožku omýt vodou, osušit a použít ochranný krém

Prevence vzniku opruzenin

4. nechte dítě bez plen v suchém a teplém prostředí

- v teple nechte miminko po přebalení **krátce rozbalené**

5. přiměřená hygiena

- **nedoporučuje** se nadměrná, ale ani nedostatečná hygiena - ideální je koupání celého těla **ob den a denně** umývat oblast obličeje, rukou a zapárek - zadeček, podpaží, pod krkem
- doporučujeme umývat **vodou** (občas můžete použít i jemné dětské mýdlo s obsahem glycerinu)
- větší pozornost věnujte při koupání **oblasti pod krkem, v podpaží, v tříslech, zadečku** a u chlapců **pod šourkem a penisem**
- po koupání pokožku **jemně osušte** (ručník/látková plena)

Prevence vzniku opruzenin

6. **při přebalení použijte ochranný krém, který je na to určený** (nemusíte nutně používat po každém přebalení, ale určitě aplikujte po stolici)
- kůže miminka je pod plenkou pořád vlhká, je v kontaktu s močí a stolicí a tře se o plenku = **neustálé riziko poškození kůže**

Jaké přípravky použít?

1. Sudocrem
2. Bepanthen baby
3. Aviril dětský krém
4. SebaMed Baby dětský krém na opruzeniny
5. Rybilka Neo
6. Lavarazin
7. Weleda krém na zadeček
8. Zitenax
9. Cutozinc sprej
10. další krémy - na českém trhu jich je opravdu velké množství 😊

Kolik krému použít?

- stačí opravdu **pouze tenká vrstva**, kterou nanese jen **na suchou očištěnou oblast zadečku a blízkého okolí** (v práci jsme se setkávaly s tím, že rodiče mazali u chlapečků i šourek nebo penis a u holčiček úplně celou oblast genitálu - to ale **NENÍ** vhodné)

Miminko má opruzeninu - co teď?



Zdroj obrázku: www.porodnice.cz

1. dodržujte **důslednou hygienu** genitálu
2. používejte **ochranný krém** – např. Sudocrem (obsahuje zinek, který pomáhá hojení), Weledu, apod., nebo zkuste přípravky se stříbrem (např. Cutozinc Silver Spray DrKonrad, Silvertan pasta DrKonrad, ...)
3. nechte miminko během dne **bez plen**, aby postižená kůže mohla větrat
4. na místa mokvavého opruzení můžete použít **obklady ze slabého černého čaje** po dobu 10 - 15 minut
 - o místo nechte spontánně zaschnout
 - o tento postup můžete opakovat po každé stolici (min. 3 – 4x denně)
5. nebo můžete připravit **koupeľ s hypermanganem** (= slabý růžový roztok, stačí pouze pár zrněk)

Kdy navštívit lékaře?

- pokud se stav **nelepší déle než týden** doporučujeme navštívit Vašeho **pediatra** nebo **dětského dermatologa**
- k lékaři můžete **vyrazit i dříve**, pokud byste u miminka objevili tyto příznaky:
 - silný zápach, bílé povlaky na povrchu kůže, prasklinky, krev, vřidky, nebo by se rozvinuly teploty
- doporučujeme opruzeniny **nafotit** (ať vidíte, jak se dále vyvíjejí)
- lékař Vám může předepsat **antibiotickou** či **antimykotickou** mast, nebo doporučit **další přípravky** podle charakteru obtíží (např. Imazol, Ichtyol, Neo-Pythiol, Lanolin, Infadolan, Vitella ictamo pasta, ...)