



Přebalování chlapečka

U chlapce se moč dostane všude, musíte mu proto při každém přebalování velmi pečlivě čistit zadeček, aby se neobjevily opruzeniny.

Umyjte si ruce. Položte chlapce na přebalovací podložku, rozepněte mu oblečení, uvolněte mu plenku a chvíli počkejte. Používáte-li látkové pleny, očistěte mu zadeček jedním cípem.

1. Chlapeček často začne močit, jakmile ho rozbalíte, proto chvíli počkejte a přidržujte mu plenku na bříšku.

2. Plenu položte. Otřete stolicí ubrousky a odložte do pleny, pak plenu přeložte pod dítě. Namočte vatu do vody nebo emulze a omyjte je – začněte otíráním břicha až k pupku.

3. Novým kouskem vaty vyčistěte důkladně záhyby na horní části nohou a kolem genitálů, utírejte směrem od těla. Nadzdvihněte šourek a otřete kůži pod ním.

Očistěte pečlivě kůži pod šourkem



4. Novým kouskem vaty otřete genitál, nezapomeňte na kůži pod penisem, mohou zde být stopy moči a stolice. Je-li třeba, přidržujte penis stranou.

5. Očistěte penis, otírejte jej směrem od těla, jemně bez násilí přetáhněte předkožku dozadu a opatrně očistěte.



6. Zdvihněte dítě za kotníky, jeden prst mějte přitom mezi nimi, očistěte konečník, hýždě a zadní část steh. Jakmile je dítě čisté, odstraňte plenu.

7. Otřete si ruce a potom chlapce osušte. Má-li opruzeniny, nechte ho chvíli bez plenek a mějte připravenou plenu pro případ, že by začal močit.

8. Pokožku nad penisem, kolem šourku a konečníku a na hýždích namažte ochranným krémem. Namažte dolní část břicha ochranným krémem proti opruzeninám.



Opruzeniny

Každé dítě má občas červený a bolavý zadeček, trvá-li však opruzení déle, porad'te se s lékařem.

Jak opruzeninám zabránit:

- často dítě přebalujte
- omyjte dítěti zadeček i kožní záhyby teplou vodou a důkladně jej osušte
- nepoužívejte otírací ubrousky
- nechávejte dítě co nejčastěji bez plenek
- používáte-li látkové pleny, kupte dítěti zavazovací plenkové kalhotky nebo kalhotky s patentkami umožňujícími proudění vzduchu
- látkové pleny důkladně perte a máchejte

Při prvních známkách začervenání:

- dítě častěji přebalujte
- používejte léčivou mast na opruzeniny
- nechávejte dítě co největší část dne bez plenek
- používejte-li látkové plenky, vyzkoušejte jiný typ vložky, který lépe vstřebává vlhkost
- přestaňte dítěti dávat plastové plenkové kalhotky, které opruzeniny zhoršují tím, že moč zůstává na kůži
- zkuste nějaký čas používat plenky na jedno použití



Přebalování děvčátka

Při každém přebalování musíte pečlivě očistit zadeček dítěte, jinak brzy zčervená a bude bolet. Nejprve si umyjte ruce. Položte dítě na přebalovací podložku, rozepte mu oblečení a sundejte plenu. Používáte-li látkovou plenu, utřete většinu stolice jedním cípem. Plenu na jedno použití rozlepte a většinu stolice otřete ubrousky, které pak zabalíte do plenky. Dítě nadzdvihněte za nožičky a složenou plenu položte pod ně.

1. *Opatrně nejprve ubrousky, potom vatou navlhčenou vodou nebo emulzí otřete dítěti celé břicho až k pupku. Složte plenu dospod.*

2. *Dalším kouskem vaty vyčistěte všechny kožní záhyby na nohách, utírejte směrem dolů a od těla.*

3. *Pak holčičku zvedněte za kotníčky (jeden prst máte přitom mezi nimi) a očistěte krajinu kolem genitálu: otírejte ji vždy odpředu dozadu, aby se choroboplodné zárodky z konečníku nedostaly do pochvy. Nesnažte se ji čistit mezi stydkými pysky.*

4. *Novým kouskem vaty očistíte konečník, potom hýždě a stehna: čistěte směrem ke konečníku. Když je holčička čistá, odstraňte plenu (plenu na jedno použití zalepte lepicími páskami a odhodte do nádoby na odpadky). Otřete si ruce.*



5. *Osušte pokožku ubrousky, potom nechte dítě bez plenek, aby na zadeček mohl vzduch.*

Dobře vysušte záhyby.



6. Natřete krajinu kolem genitálu ochranným krémem.

Opruzeniny

Každé dítě má občas červený a bolavý zadeček, trvá-li však opruzení déle, porad'te se s lékařem.

Jak opruzeninám zabránit:

- často dítě přebalujte
- omyjte dítěti zadeček i kožní záhyby teplou vodou a důkladně jej osušte
- nepoužívejte otírací ubrousky
- nechávejte dítě co nejčastěji bez plenek
- používáte-li látkové pleny, kupte dítěti zavazovací plenkové kalhotky nebo kalhotky s patentkami umožňujícími proudění vzduchu
- látkové pleny důkladně perte a máchejte

Při prvních známkách začervenání:

- dítě častěji přebalujte
- používejte léčivou mast na opruzeniny
- nechávejte dítě co největší část dne bez plenek
- používejte-li látkové pleny, vyzkoušejte jiný typ vložky, který lépe vstřebává vlhkost
- přestaňte dítěti dávat plastové plenkové kalhotky, které opruzeniny zhoršují tím, že moč zůstává na kůži
- zkuste nějaký čas používat pleny na jedno použití

