

CzasDzieci.pl
69 190 polubienia




Bądź pierwszą osobą wśród znajomych, która to polubi

Atrakcje w Warszawie [zmień](#)

Interesują mnie terminy:

- dzisiaj jutro weekend
 tydzień dowolny

Wybierz dokładnie:  z kalendarza»

Wiek dziecka: 0 - 14 (lat)

Interesują mnie wydarzenia z kategorii »

Szukaj

REKLAMA

Fisher-Price



Movi Mistrz Zabawy
Poznaj go już dziś!



Strefa rodzica » Artykuły » **Obcinanie paznokci u dzieci**

Wybierz kategorię »

Obcinanie paznokci u dzieci

Bycie rodzicem wiele zmienia. Świat zaczyna się kręcić wokół małego człowieka, który kradnie Twoje serce i do końca życia go nie odda. Zaprzętasz sobie głowę, na pozór, błahymi sprawami typu: czy dobrze wykąpałam dziecko, czym posmarować buzię, czy maluchowi jest wygodnie, czy zawiązać bobasa czy nie... Jednym z takich problemów, spędzających sen z powiek wielu początkujących rodziców, jest również obcinanie paznokci.



powiększ

Coraz to nowe pytania kłębią się i nawarstwiają, a opinii i „dobrych rad” jest tyle, ile mam i portali internetowych na temat pielęgnacji niemowlaków. Jako że sama prawie rok temu zostałam mamą, a do tego temat paznokci i stóp nie jest mi obcy, przedstawię kilka porad i wskazówek, jak podjąć wyzwanie i uporać się z tym ważnym zabiegiem pielęgnacyjnym – mówi Magdalena Noskiewicz-Sieg, specjalista-podolog z gabinetu Satin w Warszawie w ramach akcji „Zadbajmy o stopy Twojego Maluszka”.

Pierwszy zabieg

Jedno z podstawowych pytań w kwestii obcinania paznokci, jakie zadają sobie rodzice, to kiedy i jak się do tej czynności zabrać? Specjaliści zalecają, aby przez pierwsze 2 tygodnie życia malucha nie wykonywać żadnych zabiegów przy paznokciach. Istnieje ku temu kilka powodów.

Po pierwsze, organizm dziecka praktycznie nie ma odporności. Stąd absolutny zakaz obcinania paznokci jeszcze w czasie pobytu w szpitalu, gdyż w przypadku skaleczenia, bardzo szybko może dojść do zakażenia ranki bakteriami szpitalnymi. Może to poważnie wpłynąć na ogólny stan zdrowia noworodka.

Po drugie, wpływ na te zalecenia ma sama struktura paznokcia. U kilkudniowego dziecka wolny brzeg płytki paznokcia jest zrośnięty cienką warstwą naskórka z opuszką, tworząc błonkę. Można ją bardzo łatwo uszkodzić i skaleczyć malca, fundując mu dodatkową, niepotrzebną dawkę bakterii. Po upływie około 2 tygodni, kiedy skóra na całym ciele zaczyna się wzmacniać, można przystąpić do tego typu zabiegów pielęgnacyjnych.



Jednak 14 dni to długo. Zwłaszcza w przypadku malutkich, cieniutkich, bardzo ostrych, dość długich i miękkich paznokci, z jakimi rodzą się dzieci. Na ten czas warto mieć zapas bawełnianych rękawiczek - „łapek”, które dobrze mieć spakowane już w wyprawce, którą zabieramy do szpitala. Mają one 2 podstawowe zalety – chronią rączki przed zmarznięciem oraz, co niezwykle istotne, zapobiegają podrapaniu się malucha. Warto stosować „łapki” w szpitalu i przez kolejne kilka dni w domu, aż do pierwszego zabiegu obcięcia paznokci.

Wybór najlepszej pory dnia

- W przypadku noworodków i małych niemowlaków, ten zabieg można wykonać w czasie snu, jeżeli oczywiście nie mamy wiercipięty, a szkraba można bez pobudki wyjąć z łóżeczka lub przenieść.
- U nieco starszych dzieci, które mają z reguły płytszy sen, dobrą porą może być czas tuż po drzemce lub przed nocnym spaniem, kiedy są wyciszone i mniej ruchliwe.
- Pomimo, że płytki paznokci są miękkie, wygodniej obcina się je po kąpeli – wówczas nie tylko sam paznokieć, ale i skóra wokół są rozmiękczone, co znacznie ułatwi manewrowanie dużym sprzętem przy miniaturowych paluszkach.

Jeszcze jedną opcją może być obcinanie paznokci w trakcie karmienia. Może wydawać się to dziwne, ale wynika to wyłącznie z osobistych doświadczeń. Mój brzdąc jest straszonym wiercipiętą. Przy każdej próbie przeniesienia czy dotknięcia w czasie snu od razu się rozbudza, ponadto jest bardzo ciekawy, co się w danej chwili dzieje, a jedynym momentem, kiedy tak nie wierzga, jest właśnie czas „wieczornej butli”. W tym przypadku nieoceniona jest pomoc drugiej osoby, która trzyma i karmi malucha, a mama lub tata mają wolne ręce i mogą wykonać zabieg.

Ogólnie rzecz biorąc, najlepszym momentem na obcinanie paznokci jest czas, co oczywiste, kiedy maluch najmniej się wierci. To z kolei w głównej mierze zależy od planu dnia i przede wszystkim temperamentu dziecka. Kilkundniowe obserwacje brzdąca i dopasowanie właściwej pory do aktywności niemowlaka będą tu miały kluczowe znaczenie. Warto również skorzystać z pomocy drugiej osoby, która może odwrócić uwagę dziecka od wykonywanych czynności pielęgnacyjnych.

Przygotowanie do zabiegu i wykonanie

Wybór narzędzi do obcinania i pielęgnowania paznokci jest obecnie bardzo duży. Firmy produkujące akcesoria dla dzieci prześcigają się w pomysłach, wypuszczając na rynek coraz to nowsze i ładniejsze oprzyrządowanie, które można kupić w marketach. Jednak doświadczenie wielu rodziców, w tym moje, pokazuje, że nie zawsze są to najlepsze i najzdrowsze rozwiązania. Zatem co wybrać?

- Przede wszystkim kierujmy się bezpieczeństwem dziecka. Warto zaufać firmom, także polskim, oznaczające swoje produkty dobrze znanym symbolem CE.
- Najlepiej, żeby narzędzia były wykonane ze stali nierdzewnej/chirurgicznej – mamy wtedy pewność trwałości oraz możliwość ich dezynfekcji, czy nawet sterylizacji. Takie można zakupić w większości aptek!
- Nożyczki czy obcinacz? To jedna z podstawowych kwestii... W przypadku obcinacza jest większe ryzyko zbyt krótkiego obcięcia paznokci, przy tym uszkodzenia łożyska, i pozostawienia ostrych rożków, drażniących delikatną skórę wokół płytki. Poza tym ciężko się trzyma taki mini-obcinacz, o operowaniu nim nie wspomnę... Lepszym wyborem są nożyczki (z zaokrąglonymi końcami, przeznaczone specjalnie dla najmłodszych), nad którymi mamy dużo większą kontrolę. Jednak trzeba uważać, aby nie zranić malca i nie wyciąć paznokcia zbyt głęboko.

- Poza dobrymi, ostrymi nożyczkami, warto mieć w zasięgu ręki sterylizy gazik i płyn do dezynfekcji, w razie niewielkiego zranienia dziecka.
- Nie stosujemy cążków do skórek ani żadnych pilniczków! Po pierwsze dlatego, że bardzo łatwo nimi skaleczyć. Po drugie, pilniczki są za ostre i delikatną płytkę paznokcia pozostawiają poszarpaną i nieregularną, co wpłynie na kruchość i łamliwość paznokci. Po trzecie, zabieg z użyciem pilnika trwa zdecydowanie za długo.
- Nie wolno odsuwać ani wycinać skórek.
- Zabrudzone paznokcie można oczyścić wyłącznie za pomocą miękkiej szczoteczki, np. w trakcie kąpieli. Nie można podważać paznokci ani usuwać zanieczyszczeń za pomocą pilniczka.
- Ograniczamy się wyłącznie do obcięcia paznokci i ich ewentualnego oczyszczenia szczoteczką.

Jak się zabrać do obcięcia miniaturowych paznokci od strony technicznej?

- U maluchów płytka zrasta kilka razy szybciej, niż u osób dorosłych. Paznokcie u rąk powinno się obcinać co 4-5 dni, a u stóp (rosną wolniej), mniej więcej raz na 1,5 – 2 tygodnie.
- Ogólną zasadą nadawania kształtu płytce jest odwzorowanie linii łóżyska – linii oddzielającej wolny brzeg paznokcia od części przyrośniętej. W przypadku małych dzieci, paznokcie u rąk obcinamy na półokrągło, co zmniejsza ryzyko zadrapania, pamiętając aby nie wycinać ich zbyt głęboko. Natomiast płytki u stóp obcinamy raczej na prosto, zwłaszcza przy paluchach (tu paznokcie są z reguły bardzo głęboko osadzone w wałach okołopaznokciowych, więc wycinanie na półokrągło grozi skaleczeniem i bolesnym wrastaniem!).
- Przed zabiegiem pamiętajmy o wygodnym ułożeniu zarówno dziecka, jak i siebie.
- W czasie obcinania dobrze jest oddzielać po kolei paluszki od siebie, ewentualnie układać je wyżej lub niżej od poprzedniego – mamy więcej miejsca na manewrowanie narzędziami.
- Warto lekko odsunąć opuszek palca ku dołowi, bądź delikatnie nacisnąć, aby ułatwić dostęp do wolnego brzegu paznokcia, a tym samym uniknąć skaleczenia.
- Po skróceniu płytki należy sprawdzić, czy nie są pozostawione ostre rożki paznokci, które mogą mocno podrażnić skórę wokół. Jeśli takowe są, trzeba je dociąć, nie wycinając za głęboko.

WAŻNE! Jeżeli zdarzy się wypadek w postaci draśnięcia, czy skaleczenia i na paluszku pojawi się krew, nie wpadajcie w panikę! Na zranione miejsce należy przyłożyć jałowy gazik, aby osuszyć okolicę, a następnie zdezynfekować (najlepszy będzie Octenisept, dostępny w każdej aptece). Płyn do odkażania stosować 2-3 razy dziennie aż do wygojenia ranki. Nie zaklejać plastrem, gdyż może on podrażnić wrażliwą skórę malucha. W przypadku powstania stanu zapalnego przy paznokciu, który objawia się przede wszystkim miejscową wrażliwością, zaczerwienieniem i obrzękiem, dobrze jest zgłosić się do podologa, który zaradzi problemowi. Lepiej nie działać na własną rękę, gdyż, stosując nieodpowiednie preparaty i procedury, stan może się pogorszyć.

Akcja „Zadbajmy o stopy Twojego Maluszka” będzie organizowana w gabinetach Satin w Warszawie i będzie trwać od 7 kwietnia do 29 maja 2015. Celem akcji jest pomoc rodzicom w prawidłowej pielęgnacji i trosce o zdrowie ich dzieci.

Specjaliście Satin zachęcają do zapisów na wizytę podologiczną, w ramach której:

- odbędzie się konsultacja podologiczna
- podolog oceni stan i rozwój stóp dziecka
- dowiesz się, jak krok po kroku prawidłowo obcinać paznokcie
- zyskasz wiedzę o pielęgnacji dziecięcych stóp

Po 30-minutowej konsultacji rodzice otrzymają bezpłatnie odcisk stóp swojego dziecka.