

BŐRÁPOLÁS ÚJSZÜLÖTTKORBAN

Bevezetés

Bőrünk a legnagyobb szervünk és egyben szervezetünk első és legfontosabb védelmi vonala. Számos élettani funkcióval rendelkezik: szerepet játszik a folyadék-, illetve elektrolitháztartás és a hőháztartás szabályozásában, védelmet jelent a mechanikai behatásokkal, a patogén kórokozók kolonizációjával és behatolásával, az ultraviola sugárzással, a különféle toxikus ágensek felszívódásával szemben, emellett immunrendszerünk rendkívül fontos támpillérét jelenti. A fiziológiai folyamatok szabályozásában betöltött fontos szerepe révén összeköttetést biztosít szervezetünk és a környezet között.

Az újszülöttek, csecsemők gondozásának elengedhetetlen részét képezi a bőr megfelelő ápolása. A legkisebbek bőrének ápolása hosszú időn keresztül sokkal inkább tradíciókon, helyi szokásokon, mintsem evidenciákon alapult, azonban az elmúlt években több, a korszerű bőrápolással foglalkozó összefoglaló tanulmány látott napvilágot. A bőr fejlődése, érése, a külvilági körülményekhez történő adaptációja igen hosszú folyamat, emiatt a bőrápolás során speciális szempontokat kell figyelembe venni: a csecsemők, kisgyermekek bőre különösen érzékeny, kiszáradásra, irritációra hajlamos, fokozott a különféle kémiai anyagok bőrön keresztül történő felszívódásának lehetősége is. Közleményünk az újszülöttek napi bőrápolásához (fürdetés, testápoló kezelés, köldökcsomokkezelés, pelenkával fedett terület ápolása, pelenkadermatitis kezelése) kíván segítséget nyújtani.

Fürdetés

A bőr ápolásának első lépése annak tisztántartása. A fürdetés célja a szennyeződések, az elhalt hámsejtek, a különféle kór-

BŐRÜNK LEGNAGYOBB ÉS EGYBEN EGYIK LEGFONTOSABB SZERVÜNK: SZÁMOS ÉLETTANI FOLYAMAT SZABÁLYOZÁSÁBAN JÁTSZIK SZEREPET, MECHANIKAI ÉS IMMUNOLÓGIAI BARRIERT KÉPEZ A KÜLVILÁGGAL SZEMBEN, S EGYBEN A KÖRNYEZET ÉS SZERVEZETÜNK KÖZÖTTI SZIGORÚ EGYENSÚLY FENNTARTÁSÁBAN IS MEGHATÁROZÓ JELENTŐSÉGGEL BÍR. A BŐR FEJLŐDÉSE, ÉRÉSE, KÜLVILÁGI KÖRÜLMÉNYEKHEZ TÖRTÉNŐ ADAPTÁCIÓJA HOSSZÚ FOLYAMAT, EMIATT ÉRTHETŐ, HOGY AZ ÚJSZÜLÖTTEK BŐRE IGEN ÉRZÉKENY, SÉRÜLENY, TUDOMÁNYOS EVIDENCIÁKON ALAPULÓ ÁPOLÁSA SORÁN SZÁMOS SPECIÁLIS SZEMPONTOT KELL FIGYELEMBE VENNÜNK. KÖZLEMÉNYÜNK AZ ÚJSZÜLÖTTEK NAPI BŐRÁPOLÁSÁHOZ (FÜRDETÉS, TESTÁPOLÓ KEZELÉS, KÖLDÖKCSOMOK-KEZELÉS, PELENKÁVAL FEDETT TERÜLET ÁPOLÁSA, PELENKADERMATITIS KEZELÉSE) KÍVÁN SEGÍTSÉGET NYÚJTANI.

okozó ágensek, a vizelet, a széklet, a nyál, és az egyéb testváladékok eltávolítása a bőr felszínéről. A fürdetés gyakoriságát kulturális hagyományok, szokások éppúgy befolyásolják, mint a higiénés szempontok. Az újszülöttek és a fiatal csecsemők bőre igen érzékeny, kiszáradásra fokozottan hajlamos; a túl gyakori, elhúzódó fürdetés tovább növelheti a bőr kiszáradását, a bőrben található lipidek mennyiségének és a bőr hidratáltságának csökkenése miatt. Az újszülött fürdetésének legfontosabb szempontjai:

- egészséges, jó állapotú, stabil újszülöttek esetében a fürdetés heti 2-3 alkalommal javasolt.
- Az újszülött fürdetése történhet csapvíz alatt, illetve kiskádban, kislavórban.
- Az ideális külső környezeti hőmérséklet 26-27 °C.
- A kiskádba engedett víz hőmérsékletét célszerű hőmérővel ellenőrizni (ideális víz hőmérséklet: 37-39 °C).
- A fürdetés ideálisan néhány percre tartson (3-5 perc).
- A mosdatás során elsődlegesen a hajlatok tisztítására kell törekedni, kerülve a túlságosan erős mechanikai behatásokat, a bőr dörzsölését.
- A fürdetéshez, a bőr, a hajlatok tisztításához kis mennyiségű, kifejezetten csecsemők, kisgyermekek számára készült speciális mosakodó krémek, fürdető készítmények alkalmazása javasolt.

**CSOMA ZSANETT
RENÁTA DR.**

SZTE ÁOK BŐRGYÓ-
GYÁSZATI ÉS ALLERGOLÓGIAI
KLINIKA, SZEGED

- A fürdetést követően a kisgyermek bőrét pamut törölközővel, óvatosan kell szárazra törölni.
- A bőr szárazra törlését követően történjen meg az újszülött felöltöztetése, csökkentve ezáltal a potenciális hőveszteséget.

Emolliens, bőrápoló kezelés

Az emolliens kezelés célja a bőr barrier funkciójának megőrzése, illetve helyreállítása, a bőr lipid- és víztartalmának pótlásával. Az emolliens készítmények egyrészt mechanikai védőréteget képeznek a bőr felszínén, másrészt gátolják a bőr vízvesztését, ezáltal növelik annak hidratáltságát.

- A bőrfelület ápolását naponta egyszer (fürdetést követően), míg kifejezett bőrszárazság, atópiás bőrtünetek esetén naponta két alkalommal javasolt elvégezni.
- A bőr ápolására számos magisztrális készítmény és gyári, ún. dermokozmetikum áll rendelkezésre. A megfelelő készítmény kiválasztása során fontos figyelembe venni az összetétellel kapcsolatos szigorú minőségi követelményeket.
- A testápoló készítmény alkalmazása óvatosan történjen, hogy megelőzzük a hámsérülések kialakulását.
- Fertőzésre, irritációra utaló bőrtünet esetén szakorvosi vizsgálat javasolt.

Köldökápolás

A születést követően a köldökcsomk általában 7-10 nap elteltével válik le. Tradicionálisan a csomk kezelésére hazánkban korábban hexaklorofént tartalmazó antiszeptikus hintőport alkalmaztak; a készítmény használata potenciális neurotoxikus mellékhatása miatt nem javasolt.

- Egészséges újszülöttek esetében a köldökcsomkot elegendő tisztán és szárazon tartani.
- A köldökcsomkot fedetlenül kell hagyni, a pelenka szélét vissza kell hajtani úgy, hogy a csomk fedetlen maradjon, ügyelve arra, hogy a csomk vizelettel és széklettel ne szennyeződjön.

- A köldök alapjánál a szövettörmelék eltávolítása steril vízzel vagy steril fiziológiás sóoldattal átitatott steril gézlappal végzett áttöréssel történjen.
- Amennyiben a köldökcsomk vizelettel vagy széklettel szennyeződik, a területet vízzel átitatott gézlappal le kell tisztítani, fertőtlenítésre Octenisept vagy chlorhexidin gluconat 2%-os oldat alkalmazása javasolt.
- Minden pelenkacsere alkalmával ellenőrizzük a csomkot, illetve a köldökseb állapotát.
- Fertőzésre utaló jelek – bőrpír, ödéma, váladékozás, bűzös szag, láz, szisztémás fertőzés tünetei – észlelése esetén gyermekgyógyászati, gyermekbőrgyógyászati szakvizsgálat, mikrobiológiai mintavétel szükséges. Irodalmi adatok alapján lokális kezelésre Octenisept vagy chlorhexidin gluconat 2%-os oldat alkalmazása javasolt, a szakorvosi utasításnak megfelelően.

Pelenkával fedett terület ápolása

A pelenkával fedett, glutealis és genitális régió ápolása során néhány speciális szempontot kell figyelembe venni. A kifejezett occlusio, nedvesség, a széklet- és vizeletexpozíció, a bőr pH-jának eltolódása alkális irányba, a székletben lévő proteázok, lipázok aktiválódása a stratum corneum macerálódásához, sérüléséhez, illetve a patogén baktériumok és gombák penetrációjához vezethet. Ezen bőrtünetek, a jól ismert pelenkadermatitis megelőzése érdekében az alábbi szempontokat célszerű figyelembe venni:

- az egyszer használatos, nagy nedvszívó képességű pelenkák alkalmazása javasolt.
- A pelenkacserét 3-6 óránként célszerű elvégezni, természetesen a pelenkacserék gyakoriságát befolyásolja a gyermek életkora és a székletürítés gyakorisága.
- A pelenkával fedett terület tisztítása kíméletesen történjen, kerülve az erőteljes mechanikai behatásokat, a dörzsölést.

- A bőrfelület tisztítása során víz, illetve vízzel átitatott pamut törlőkendő használata javasolható.
- Amennyiben gyári törlőkendő alkalmazása történik, igen fontos hogy a kendők átítatására használt tisztító készítmény csak enyhe hatású felületaktív anyagot, valamint megfelelő minőségű tartósítószeret tartalmazzon, illetve hogy alkohol- és illatanyagmentes legyen.
- A tisztítást követően fontos a bőrterület szárazra törlése.
- A pelenkával fedett terület ápolására cinkoxid-tartalmú barrier kenőcsök, paszták alkalmazása javasolt a pelenkacserék alkalmával.

Pelenkadermatitis kezelése

Az eldobható, egyszerhasználatos, nagy nedvszívó képességű pelenkák bevezetésének köszönhetően jelentősen csökkent a gyermekgyógyászati, gyermekbőrgyógyászati gyakorlatban jól ismert pelenkadermatitis előfordulási gyakorisága, azonban napjainkban is viszonylag gyakori problémáról van szó. A klinikai tünetek típusosan a gluteális, perianális, genitális régióban, kiterjedt formákban a combok felső részén és az alhas területén jelentkeznek erythema, bőrpír, máskor göbcsék, infiltrált plakkok, hólyagok, felszínesen hámfosztott léziók formájában. Megfelelő helyi kezelés hiányában a tünetek igen gyorsan progrediálhatnak, jelentős aggodalmat okozva a szülők számára.

Teendők pelenkadermatitis esetén:

- rendszeres, gyakori pelenkacsere javasolt.
- A pelenkával fedett terület tisztítására, a széklet- és kenőcsmaradványok eltávolítására langyos csapvíz, illetve csapvízzel átitatott pamut törlőkendő használata javasolt.
- A gyári popsitörlő kendők használata ellenjavallt.
- Az alapos, de kíméletes tisztítást, szárítást követően szükséges a védő, barrier kenőcsök megfelelő mennyiségben történő felvitele.
- Kifejezett gyulladás esetén enyhe hatású kortikoszteroid készítmények (1%-os

hidrokortizon) alkalmazása javasolt naponta két alkalommal, helyileg.

- Bakteriális vagy mikotikus szuperinfekció gyanú esetén mikrobiológiai vizsgálat, tenyésztés elvégzése szükséges. A tenyésztési eredmény, illetve a klinikai tünetek függvényében lokális antibakteriális (mupirocin, bacitracin), illetve antimikotikus externák (klotrimazol, ketokonazol, nystatin, mikonazol) alkalmazása szükséges.

A bőr ápolásához szükséges készítmények kiválasztásának általános szempontjai

A kozmetológiai, derm kozmetológiai ipar fejlődésének köszönhetően ma már igen nagyszámú, kifejezetten csecsemő- és gyermekbőr ápolására szolgáló készítmény áll rendelkezésre. Fürdetők, mosakodó krémek, testápolók, púderek, a pelenkával fedett terület ápolására használatos barrier paszták és kenőcsök széles választékával találkozhatunk a bevásárlóközpontokban, drogériákban és a gyógyszerárakban egyaránt. Az újszülöttek, fiatal csecsemők bőr ápolása során speciális szempontokat kell figyelembe venni: bőrük rendkívül érzékeny, sérülékeny, barrier funkciója éretlen. A szigorú szakmai szempontok (klinikai vizsgálatokkal igazolt hatékonyság, összetétel) mellett a termékválasztás, tanácsadás során fontos figyelembe venni a kisgyermek bőrtípusát és az esetlegesen fennálló bőrgyógyászati betegségeket is.

A fürdetők, detergenszek használata az élet első heteiben kerülendő. A bázikus szappanok a bőr pH-ját alkalikus irányba tolják el, ez a változás kedvezőtlenül befolyásolja a bőr természetes védekező képességét. Túlzásba vitt használatuk nagyban hozzájárul a lipidek bőr felszínéről történő eltávolításához is. A későbbiek során használt mosakodó szerekekkel szemben alapvető követelmény, hogy ne tartalmazzanak illatanyagot, színezőanyagot, felesleges technológiai segédanyagokat, ne irritálják a bőrt és a nyálkahártyát, ne allergizáljanak, pH-juk közel neutrális legyen (pH 5,5–7). Kis mennyiségben java-

solt használatuk; tisztítást követően bő, langyos, tiszta vízzel eltávolítandóak a bőr felszínéről.

A teljes bőrfelület, illetve a pelenkával fedett terület ápolásához használt készítmények kiválasztásánál is hasonló minőségi követelményeket célszerű figyelembe venni. Részesítsük előnyben a speciálisan új-

szülöttek, csecsemők számára készült dermokozmikumokat.

Köszönetnyilvánítás

Dr. med. habil. Csoma Zsanett Renáta PhD a Magyar Tudományos Akadémia Bolyai János kutatási ösztöndíjában részesül (2015–2018).

Irodalom

1. Csoma Zs, Doró P, Szabó M. Bőrápolási javaslat újszülöttek és koraszülöttek számára. *Gyermekgyógyászat* 2015; 66 (3): 177–181.
2. Doró P, Csoma Zs. Bőrápolás csecsemő- és kisgyermekkorban. *Gyógyszertári Practicum Novum* 2016; 20 (1): 11–12.
3. Csoma Zs, Meszes A, Doró P et al. A koraszülött-ápolás bőrgyógyászati vonatkozásai. *Gyermekgyógyászat* 2014; 65: 269–274.
4. Eichenfield LF, Frieden IJ, Mathes EF et al. *Neonatal and Infant Dermatology*, 3rd edition, Elsevier; 2015.
5. Association of Women's Health, Obstetric and Neonatal Nurses (AWHONN): *Neonatal skin care*, second edition. Evidence-based clinical practice guideline. Washington (DC): 2007.