Nutrilak

Ушки, глазки, носик. Как ухаживать?

Уход за ушами

- Протирайте **только ушную раковину и кожу за ушками** — влажным ватным диском, когда купаете или умываете ребёнка.
- **Ушной проход чистить не нужно.** Сера выходит самостоятельно. Не используйте ватные палочки. Глубокая чистка может повредить слуховой проход или барабанную перепонку.
- Если после купания **вода попала в ухо,** аккуратно промокните наружное ухо уголком пеленки или ваткой, можно использовать ватную турунду.
- Следите за **складочкой за ушком** — там может появиться раздражение при отсутствии ухода.

Уход за глазами

- Никаких **профилактических промываний**. Если глазки чистые — ничего делать не нужно.
- При небольших выделениях (корочки, слезки):

→ Используйте **отдельный ватный диск для каждого глаза**.

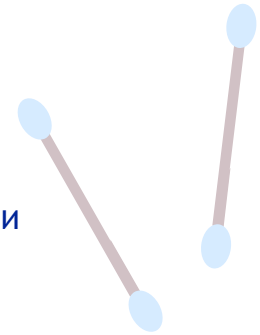
→ Смочите его **кипячёной водой комнатной температуры**.

→ Протирайте **от внешнего уголка к внутреннему** — туда выходит слеза.

- Если в уголке глаза с**тоит слеза или глаз гноится**: желтоватые или зеленоватые выделения, слипшиеся ресницы — обязательно покажите ребёнка врачу. Это может быть конъюнктивит или непроходимость слёзного канала.

Уход за носом

- Не чистите нос просто так. Если малыш дышит спокойно и нет корочек — нос не трогаем.



- При сухих корках или заложенности:

→ Закапайте в каждую ноздрю **по 1–2 капли физраствора** или специального солевого раствора для детей.

→ Через 5–10 минут аккуратно удалите размягчённые корочки **жгутиком из ваты**, смоченным в кипячёной воде или физрастворе.

→ Не используйте ватные палочки — ими легко травмировать слизистую.

- Выделения из носа у младенцев могут быть физиологическими. Если нет температуры, кашля, ребёнок ест и спит как обычно — это не повод для паники. Но при любых сомнениях всё же лучше проконсультироваться с педиатром.

ВАЖНО!

- **Глаза, нос и уши новорождённого — очень чувствительные.** Не стоит проводить лишние манипуляции «для профилактики».
- **Главный принцип ухода — деликатность.** Все движения должны быть мягкими, без нажима. Если не уверены — лучше не делать и обратиться к педиатру.
- **Повод для тревоги** — гной, неприятный запах, повышенная температура или сильное беспокойство малыша.