

Imiku nahk

Nahk on inimese suurim organ. Peale kuute kuud ema kõhus saavutab loote nahk (epidermis) barjääri staatuse loote ja väliskeskkonna vahel. Kui rasedus on kestnud vähemalt 32 nädalat, siis on lootel mitmed nahakihid juba samaväärsed täiskasvanu nahaga. (Jurica jt, 2016: 21). Seetõttu on naha hoolduse seisukohast oluline uurida, kas sündinud laps oli ajaline. Imikuks nimetatakse last kuni esimese eluaasta lõpuni.





Mariliis Priilinn

Emandusnõuandla ämmaemand
AS Ida-Tallinna Keskhaigla

Oma igapäevatöös Ida-Tallinna Keskhaigla Nais-tekliiniku emadusnõuandlas puutun ma pidevalt kokku äsja sündinud emadega ja nende beebidega. Sage-dasti tuleb ka jutuks imiku naha-hooldusega seonduvad teemad. Selles artiklis keskendun beebi naha igapäevahooldusele alates sünnist ning sagedasti tekkivatele naha-probleemidele.

Lapse sündides saavad lapsevanemad haiglast lahkudes kaasa põhilised nõuanded, kuidas hoolitseda vastündinu eest. Lapse silmade puhastamist õpetab emale ämmaemand, kes lapse peal beebi hügieenitoiminguid ka ette näitab. Oluline on, et kasutatava marli või vatist lapikese küljest ei tuleks väike-seid kiude, mis võivad beebile silma sattuda. Seetõttu on puhas-tamiseks hea kasutada apteegist ostetud marlilappe (Medicomp), aga naiste meigieemalduseks mõeldud kosmeetilised vatipadjad ei ole kõige parem valik. Silmade puhastamist peaks alustama silma välisnurgast sisenurga poole (pisa-rakani ava suunas). Liigutus peab olema ühes suunas ja kindlasti ei tohi teha pühkimisliigutust silmal edasi-tagasi.

Silmade hooldust on soovitatav teha vähemalt kaks korda päevas. Puhastuslappi (marlisalsidusega)



FOTO: ADOBE STOCK

tuleks niisutada apteegist ostetud füsioloogilise lahusega (naatrium-kloriid), samuti võib ema õpetada kodustes tingimustes kasutama jahutatud keedetud vett.

Üldjuhul avaneb pisarateede kaasasündinud sulgus kolmanda elunädala jooksul. Kui vastündinul esineb selline sulgus, siis väljendub see tüliselt vesise silma või räh-masusena (Abiks vastündinu ..., 2020: 12). Selleks, et tagada imiku silmade korralik puhastamine, võiks vanematele rõhutada, et puhastamisel kasutatakse ühe silma jaoks tühte puhastuslappi. See on eriti oluline juhul, kui üks silmadest on läinud rähmaseks või infitseerunud. Selline puhastamine aitab vältida bakteri kandumist teise silma.

Nabakõnt kuivab ja irdub umbes 3.–45. elupäeval. Beebi nabaümbrus peaks olema kuiv ja puhas.

Punetav naba viitab algavale põletikule. Naba peaks puhastama



FOTO: ADOBE STOCK



FOTO: ADOBE STOCK

vähemalt kaks korda päevas. Ühe-kordseid mähkmeid kasutades peab nabakõndi mähkmest välja jätma. Vastasel juhul võib tekkida ker-gelt haudumine, sest õhk ei pääse piisavalt naba kuivatama (Abiks vastündinu..., 2020: 12).

Naba puhastuseks kasutati vara-semalt saialilletinktuuri. Praeguseks hetkeks on seisukoht, et naba peaks puhastama puhta veega (kodus jahutatud keedetud vesi) või aptee-gist ostetud ampullides füsioloogilise lahusega, et vältida õnnetusi kodus. Nabapõletikku ehk omfaliiti võiks kahtlustada siis, kui naba ümbrus punetab, tursub, nabast tuleb mäda eritist ja/või tekib halb lõhn (Ormisson & Varendi, 2015: 88). Ravi vajaduse otsustab arst, seetõttu ongi vajalik viisi-d perearsti või pereõe juurde. Tihti peale soovitatakse punetava naba puhul kasutusele võtta saia-lilletinktuur, et naba desinfitseerida ja kiiremini kuivatada.

Mähkmedermatiit (*diaper rash*) ehk mähkmelööve on üks levinui-maid naha kõrvalekaldeid imikul. Mähkmelööve võib tekkida igal ajal, igal imikul ja ka kõige tähe-lepanelikuma lapsevanema lapsel. Kõige tüüpilisemalt avaldub ta 9.–12. elukuu vahel (Borkowski 2004: 467).

Lööve võib esineda mitmel põh-juusel. Asjakohased on küsimused:

Kas lööve on ainult beebi pepul? Kas lööve on punane, roosa, kuiv või märg? Kas seal esineb suure-maid punne? Kas see tundub olevat valgete tükkidega (seeninfekt-sioon)? Esmalt avaldub lööve tavaliselt reaktsioonina uriinile, fekaalidele, niiskusele või hõõrdu-misele. Mähkmelööbe ravi oleneb selle tõsidusest. Korralik käte hü-gieen ja kätepesu enne ja pärast mähkme vahetust võib aidata enne-tada reinfitseerumist.

Naha kerge ärrituse korral, mis ei viita põletikule, piisab tavaliselt kreemimisest. Esmavalik võiks olla kreem, mis sisaldab tsinkok-siidi, näiteks Sudocrem. Kreemides on tavaliselt tsinkoksiidi sisaldus väiksem kui salvides. Kui imikul on näiteks pooleli antibiootikumi kuur ja lööve nahal on selle ravi põhjuseks, siis võiks pigem soovi-tada määrada salviga (Bepanthen salv). Salv loob tihedama barjääri ja annab tugevama kaitse (Borkowski 2004: 468).

Imikud ei ole väikesed täiskas-vanud. Nende nahk on õrnem ja vastuvõtlikum väliskeskkonnale kui täiskasvanu oma. Seetõttu on väga oluline pöörata tähelepanu muutustele oma lapse nahal kohe, pöörduda esmaseks kiireks abiks apteekri poole ning vajadusel võtta ühendust oma perearsti või pere-õega. 🌿