



新生儿沐浴与新生儿抚触

四川大学华西第二医院新生儿科

李凡



West China Second University Hospital

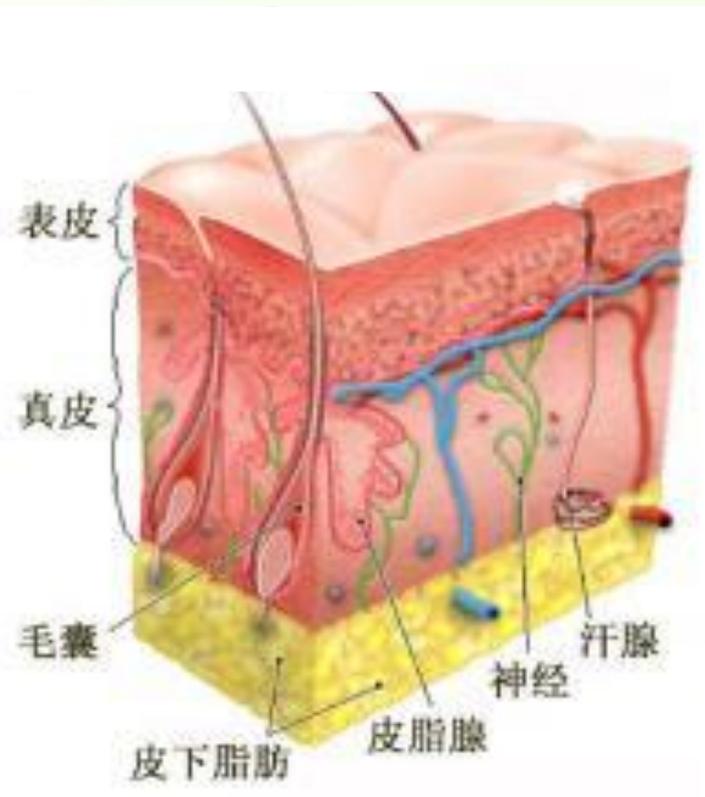




了解皮肤的解剖

皮肤分为表皮、真皮、皮下组织

皮肤是人体最大的器官，是机体与外界环境之间的屏障，具有保护和调节功能



新生儿皮肤的特点

1、皮肤占体重比例高：

成人皮肤占3%

足月儿皮肤占5 ~ 6%

早产儿皮肤占13%



2、新生儿角质层很薄，细胞间连结松弛，容易脱落

形成**生理性脱屑**

3、表皮与真皮结合不紧，容易损伤，成为感染的窗口



新生儿皮肤的特点

4、真皮组织发育不成熟，血管丰富，毛细血管充血



温度容易散失，影响体温的稳定

受刺激后充血明显形成红斑





新生儿皮肤的特点

5、皮脂腺功能旺盛，分泌皮脂多，皮脂分泌堆积能形成红痂，皮脂腺排泄管堵塞，**形成新生儿痤疮**

6、皮肤的抵抗力低下，容易出现感染，**如脓疱疮、剥脱性皮炎等**





新生儿沐浴





沐浴的好处



- **清洁皮肤，防止感染**
沐浴是最好的皮肤护理方法
- **促进血液循环，增强抵抗力**
- **观察全身情况，评估新生儿的
活动力和生长情况**
- **改善睡眠，稳定情绪**



West China Second University Hospital

沐浴的准备

- 房间准备
- 时间选择
- 物品准备
- 操作者准备
- 其他准备





房间准备

- 关好门窗，避免空气对流
- 室内温度最好在**28°C**左右
- 播放一些柔和的音乐





时机选择

- 一般在**喂奶前洗澡**，若已喂完奶，则最好间隔**一小时以上再洗**，以免溢奶、吐奶
- **尽量选择白天**气温较高时洗澡，晚间也可，但须留意温度，以免受凉





物品准备

- ✓ 浴盆、浴巾、小毛巾、沐浴露
- ✓ 干净衣服、尿布
- ✓ 水温计
- ✓ 鞣酸软膏或护臀霜、碘伏、棉签





操作者准备

- 着装整齐、剪短指甲
- 洗澡前取下手表、戒指等
- 清洗双手，清洁浴盆等





其他准备

- 可以将沐浴盆放在高度适宜的桌子上，减少沐浴时操作者弯腰
- 先加冷水再加热水，水温**38~40°C**为宜
(注意热水存放点的安全性)
- 如果没有水温计，可以用**腕部内侧感觉**，温热不烫即可
- 将宝贝包裹适当，注意保暖



沐浴步骤

洗脸部

眼睛（由内侧向外侧轻轻擦拭）→鼻翼两侧→
前额→脸部→下颌→耳朵（注意耳廓后面）





沐浴步骤

洗头部

- ◆将宝宝的**身体**夹在大人的左腰部，宝宝的**脸朝上**，
左手托住**头及身体**
- ◆左手**拇指和中指**分别向前折双耳廓
以堵住外耳道，**防止水渗入耳内**
- ◆右手涂少许**洗发露**，洗**头顶、枕后**
耳后（**皮脂腺分泌旺盛**）**洗后立即擦干**，**以防散热**





沐浴步骤

洗身体



- ◆脱去宝宝的尿布，有大便者擦干净
- ◆将新生儿头部枕在操作者左肘部，工作人员左手抓住其左侧手上臂，右手拇指及食指经臀下抓住宝宝左侧大腿根部，余三指托住其臀部（此为仰卧位），将患儿抱入沐浴池
- ◆可先为**俯卧状**，能减轻患儿不适感





沐浴步骤

洗身体

- ◆持左手的握持，右手依次使用沐浴液清洗（仰卧位）
颈→胸→腹部→腹股沟→会阴部→下肢，更换体位
（俯卧位）清洗后颈→背部→腋下→上肢→手→臀部
→腿，注意洗净皮肤皱褶处





沐浴步骤

擦干

- ◆冲洗干净后将宝宝用浴巾包裹，轻轻擦干全身，此时可再次对全身皮肤进行评估





新生儿抚触





抚触的起源

- 自从有了人类就有了抚触
- 自然分娩胎儿接受母体产道特殊抚触
- 古埃及、古印度和古罗马都有相关历史记载



抚触的起源

West China Second University Hospital



- ✓ **1958年**，小猕猴进行实验，抚触的研究从此进入崭新的一页。
- ✓ **1986年**，美国迈阿密大学对早产儿进行研究，婴儿体重增加，婴儿睡眠节律更好，反应更灵敏。



那么，抚触可用于健康儿吗？





研究结果表明

- ✓ 抚触可以促进食物的吸收的激素：如胰岛素、胃泌素分泌增加。使奶量摄入增加，从而促进体重的增长。

研究结果表明

West China Second University Hospital



- ✓ 新生儿在出生时，初步具有视听等功能。其中触觉是最原始的感觉器官，皮肤又是面积最大的体表感觉器官，为中枢神经的外感受器。研究结果表明，通过抚触可以促进婴儿神经的发育。

研究结果表明

Wuhan University Second University Hospital



- ✓ 抚触能帮助父母处理许多宝宝的日常问题：
如胀气、便秘、消除鼻塞，让宝宝夜间睡得安稳。

什么是抚触

West China Second University Hospital



- ✓ 婴儿抚触是通过抚触者的双手，对婴儿皮肤进行有次序，有手法技巧的科学抚摩，对婴儿皮肤温和的刺激，通过皮肤传递到中枢神经系统产生积极的生理效应。

抚触能给婴儿带来 哪些好处呢

West China Second University Hospital





抚触能给婴儿带来哪些好处呢

- 体重增加
- 安抚情绪
- 增加睡眠
- 增进亲子关系
- 增进食欲



抚触能给婴儿带来 哪些好处呢

West China Second University Hospital



- 减轻疼痛
- 便于观察婴儿的身体状况
- 能使婴儿熟悉自己各部位的名称
- 增加婴儿免疫力和应激力



如何选择抚触时间

West China Second University Hospital

- 安排在沐浴之后，午睡或晚上就寝前。
- 选择婴儿不太饥饿或烦躁的时候，家长抚摸时要心情放松，充满爱意外，可以放一些柔和的音乐，确保婴儿舒适、不吵闹。





West China Second University Hospital

抚触的准备

- ✓ 润肤油
- ✓ 浴巾、干净衣服、尿布
- ✓ 房间门不要经常开关
- ✓ 播放柔和的音乐
- ✓ 洗净并温暖双手



抚触前的准备

West China Second University Hospital



- ✓ 选择温暖安静的房间，冬天准备电热器，夏天可在户外温暖的地方进行。



抚触前的准备

West China Second University Hospital



- ✓ 按摩前先温暖双手并倒一些婴儿润肤油于掌心，轻轻按摩。开始时动作要轻，然后逐渐增加压力
- ✓ 新生儿的注意力不能长时间集中，每个抚摩动作不能重复太多，先从5分钟开始，然后再延长至15-20分钟。

抚触的步骤

West China Second University Hospital



- 头面部
- 胸部
- 腹部
- 四肢
- 手与足
- 背





抚触的操作步骤

1、头面部:

- (1) 两拇指从额部中央向两侧推;
- (2) 两拇指从下颌部中央向两侧以上滑动, 让上下唇形成微笑状;
- (3) 两手从前额发际抚向脑后, 最后两中指分别停在耳后, 像洗头时用洗发香波一样。





抚触的操作步骤

2、胸部：

两手分别从胸部的
外下方向对侧上
方交叉推进，在胸
部画一个大的交叉。





West China Second University Hospital

抚触的操作步骤

3、腹部：

(1) 两手依次从婴儿的右下腹、上腹向左下腹移动，呈顺时针方向划半圆；

(2) 用您的右手在婴儿左腹由上向下画英文字母“l”，由右至左画一个倒的“L”(LOVE)，由右向左画一个倒的“u”(YOU)，做这个动作时用关爱的语调向婴儿说“我爱你”(I LOVE YOU)，婴儿会很喜欢的。





West China Second University Hospital

抚触的操作步骤

4、四肢：

两手抓婴儿胳膊，交替从手臂至手腕轻轻挤捏，像牧民挤牛奶一样，然后从上到下搓滚，对侧及双下肢做法相同。



5、手与足：

用你两拇指的指腹从婴儿脚跟向上推。





West China Second University Hospital

抚触的操作步骤



6、背部：

以脊柱为中分线，双手与脊椎成直角，往相反方向重复移动双手，从背部上端开始移往臀部，再回肩膀。

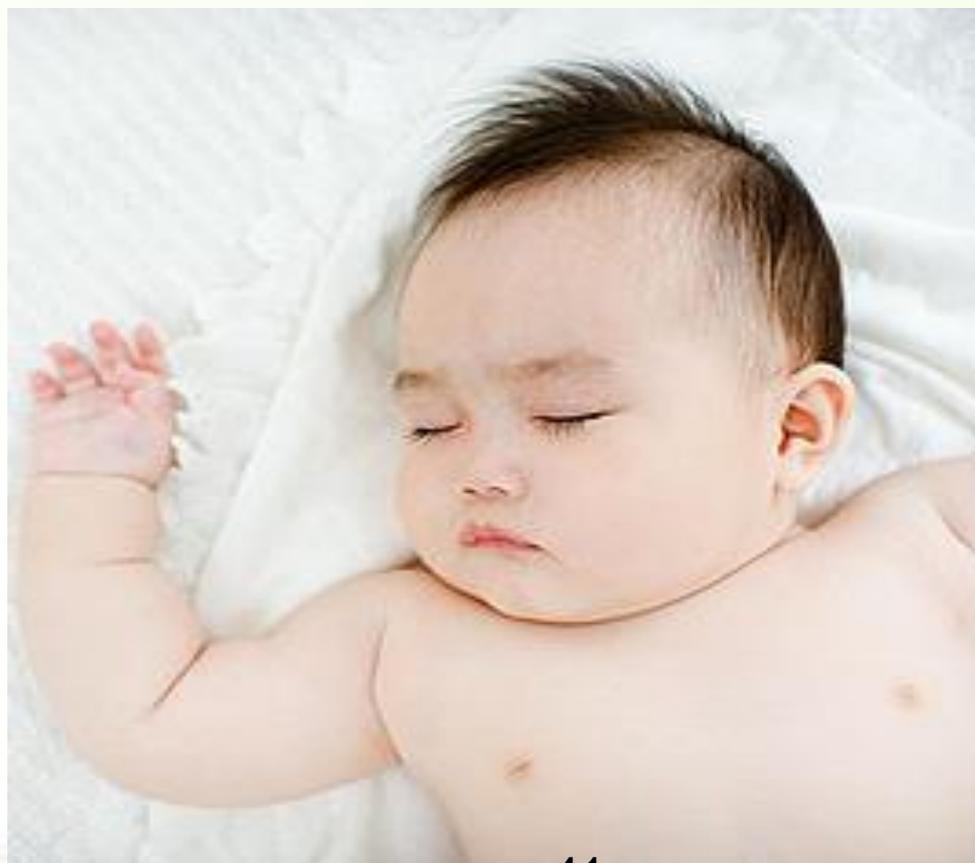


West China Second University Hospital

抚触的注意事项

(1) 宝宝显得疲劳、烦躁时，不要再刺激他，应让他休息，等睡醒后再进行按摩。

(2) 4-7个月大的宝宝开始爬行，有较大的活动量，不需要过多按摩。宝宝长牙时，按摩脸部和亲吻可使宝宝脸颊肌肉放松





抚触的注意事项

(3)注意保暖。取俯卧位时，注意头偏向一侧，防止造成新生儿呼吸困难。操作者动作轻柔，手不离新生儿，要观察新生儿的反应，出现哭闹、肌张力提高。肤色发生变化应暂停。

需要注意



- ✓ 抚触手法：由轻到重
- ✓ 不要强迫婴儿保持固定姿势
- ✓ 当婴儿情绪反应强烈时，暂停抚触
- ✓ 抚触可以随时进行
- ✓ 抚触过程中进行交流





宝宝哪些时候不宜进行抚触

- ✓ 宝宝身体不适(发热、黄疸或腹泻)，预防注射完成后**48**小时内，不要为宝宝做抚触。
- ✓ 宝宝有湿疹，面积比较大的，不要进行抚触减少对皮肤的刺激。



