

新生儿红臀护理体会

茹静倩 梁可深 茹穗彬 杨红霞 叶灿冰

广东省阳江市人民医院 529500

【中图分类号】R473

【文献标识码】A

【文章编号】2095-9753 (2025) 05-082-02

新生儿红臀是指婴儿臀部出现红肿、发炎的现象，是新生儿常见的皮肤问题之一。那么为什么新生儿容易出现红臀呢？主要原因有：首先，新生儿的皮肤非常娇嫩，还未完全发育成熟，皮肤屏障功能相对较弱，容易受到尿液、粪便等刺激物质的伤害。其次，新生儿排便次数频繁，尤其是母乳喂养的婴儿，因母乳中的营养易于吸收，排泄物也相对多且含有一定酸性成分，容易导致皮肤长时间处于潮湿状态，进而引起红臀。此外，新生儿因为睡眠时间较长，往往长时间处于尿液、粪便浸泡的状态，增加了尿布摩擦和刺激的可能性，也是导致红臀的原因之一。另外，对于新生儿来说，皮肤护理方面的知识和技巧可能不足，父母或其他照顾者在更换尿布、清洁臀部时不注意卫生习惯、使用刺激性的清洁剂等也可能导致红臀的发生^[1]。因此，了解新生儿出现红臀的原因，对于预防和及时处理红臀问题非常重要。

一、红臀护理的方法

1. 使用适当的纸尿裤

选择透气性好的纸尿裤，避免过紧或过松，确保宝宝的皮肤能够呼吸，减少摩擦和过度湿润。

2. 规律更换纸尿裤

经常检查并更换湿润的纸尿裤，保持宝宝的皮肤干燥，避免长时间处于潮湿环境中。

3. 温和清洁

使用温水和无刺激性的婴儿湿纸巾或棉球轻轻擦拭宝宝的臀部，避免使用含酒精或香料的清洁产品，以免刺激皮肤。

4. 保持皮肤干燥

在每次换纸尿裤之后，用柔软的毛巾轻轻拍干宝宝的臀部，确保皮肤干燥，避免残留的湿气引发红臀疹。

5. 使用适当的护肤品

可以选择无刺激性的婴儿护臀霜或润肤霜，轻轻涂抹在宝宝的红臀部位，形成保护屏障，减轻摩擦和刺激。

6. 空气浴

每天给宝宝进行适量的空气浴，让臀部皮肤暴露在空气中，促进皮肤的呼吸和干燥。

7. 保持宝宝的体温适宜

避免让宝宝过热或过冷，保持适宜的室温，以减少皮肤敏感和发生红臀疹的可能性。

8. 观察宝宝的红臀情况

定期观察宝宝的臀部皮肤是否有红肿、破裂、糜烂等症状，如有异常应及时就医。

二、红臀护理中需要避免的错误方法

1. 避免使用含有刺激性成分的清洁产品

新生儿的皮肤非常娇嫩敏感，使用含有刺激性成分的清洁产品可能会引起皮肤过敏或刺激，甚至加重红臀的症状。因此，在红臀护理中，应该选择温和、无刺激的清洁产品，

如专门用于婴儿的温和洗涤剂。

2. 避免频繁擦拭红臀区域

过度擦拭红臀区域会造成摩擦，进一步加剧皮肤的炎症和红肿。在红臀护理中，应该避免频繁擦拭，尽量使用柔软的棉质纸巾或干净的纱布轻轻拍干红臀区域，避免过度刺激皮肤。

3. 避免使用过热的水浸泡红臀部位

过热的水会使皮肤干燥、发红和瘙痒，对于红臀护理来说并不适宜。在给宝宝洗澡或清洁红臀时，应该使用温水，避免水温过高，以免对红臀皮肤造成进一步的伤害^[2]。

4. 避免使用过厚的尿布或尿不湿

过厚的尿布或尿不湿容易造成红臀区域的湿度过高，导致细菌滋生和红肿加重。在红臀护理中，应该选择透气性好的尿布或尿不湿，并保持经常更换，保持红臀区域的清爽干燥状态。

5. 避免使用含有酒精或香精的红臀护理产品

含有酒精或香精的红臀护理产品可能会对宝宝的皮肤造成刺激，加重红臀症状。在选择红臀护理产品时，应该选择不含酒精或香精的产品，以免对宝宝的皮肤造成伤害。

三、红臀护理的注意事项

1. 使用柔软的棉布清洁

在红臀护理中，选择柔软的棉布来清洁宝宝的皮肤非常重要。棉布可以有效地清除宝宝皮肤上的尿液和粪便，同时不会刺激婴儿的柔嫩肌肤。

2. 避免摩擦和擦拭过度

在红臀护理过程中，应尽量避免过度擦拭或摩擦宝宝的皮肤。过度擦拭会引起摩擦性刺激，进一步加重红臀的症状。因此，应轻柔地进行清洁，避免过度刺激宝宝的臀部皮肤。

3. 保持皮肤干燥

湿润的环境容易滋生细菌和真菌，增加红臀的风险。在红臀护理过程中，需要特别关注保持宝宝的臀部皮肤干燥。可以使用干爽的纸尿裤或透气性好的尿布，经常更换，保持宝宝的臀部清爽干燥。

4. 使用婴儿专用护肤品

选择高质量的婴儿专用护肤品，如婴儿爽身粉、婴儿油等，有助于保护宝宝的皮肤。在红臀护理中，可以适量使用婴儿爽身粉，以吸收多余的湿气，保持宝宝的皮肤干燥。

5. 避免使用过多化学物质

在红臀护理中，应尽量避免使用含有过多化学物质的清洁产品。这些化学物质可能会刺激宝宝的皮肤，导致红臀加重。选择天然、温和的清洁产品，对宝宝的皮肤更加安全和温和^[3]。

6. 注意饮食调理

红臀可能与宝宝的饮食有关。一些食物可能会导致宝宝粪便反应过敏或刺激，进而引起红臀。在红臀护理中，可以适度调整宝宝的饮食，避免食用过多刺激性食物，如辛辣、

(下转第85页)

描(CT)以及其他影像学技术。

2. 症状和并发症的评估

评估患者是否出现与胆囊结石相关的典型或非典型症状,如腹部不适、上腹部剧烈疼痛、恶心、呕吐等。同时需要注意是否存在并发症,如胆囊感染或黄色肝素综合征等。

(二) 治疗选择与决策

1. 观察性治疗和保守治疗的适用情况

对于无症状或轻度症状的胆囊结石患者,可以选择观察性治疗。这包括定期随访、遵循健康饮食和生活方式建议,并监测结石的大小和位置变化。

2. 手术干预的必要性和不同手术方法的比较

对于有严重症状、复发性胆囊结石或并发症的患者,手术干预可能是必要的。常见的手术方法包括腹腔镜胆囊切除术(LC)和开放式胆囊切除术(OC)。医生会根据患者情况评估最适合的手术方式。

(三) 手术后的护理和康复建议

1. 住院护理

在手术后,患者通常需要住院观察一段时间。住院期间,医护人员将提供专业的护理,并密切监测患者的恢复情况。他们会定期检查伤口愈合情况、监测体温、血压等生命体征,并确保没有并发症出现。此外,医生还会根据患者的具体情况制定个性化的药物管理计划,包括镇痛药物、抗生素等。

2. 饮食调整

在手术后初期,可能需要进行饮食调整以减轻消化负担并促进康复。最初几天内,可能会限制摄入高脂肪食物和油腻食品。随着时间推移,可以逐渐恢复正常饮食,并遵循健康饮食原则。建议增加蔬果、全谷类食物和低脂肪蛋白质的摄入,避免过度进食或暴饮暴食。在制定饮食计划时,最好咨询医生或营养师的建议。

3. 恢复期活动

手术后逐渐增加日常活动和运动对于康复至关重要。在术后初期,患者可能需要休息和限制剧烈活动,以便伤口愈合。然而,在医生指导下,逐渐开始进行轻度体力活动是有益的。这包括散步、缓慢的游泳或其他轻度有氧运动。逐渐增加运动强度和频率,并根据个人情况调整恢复期活动计划。

手术后的护理和康复是一个综合性过程,需要密切配合医生和专业团队的指导。患者应及时报告任何不适症状,并按照医生的建议进行定期随访和检查。通过正确管理手术后护理和康复阶段,可以促进身体恢复健康并减少并发症的风险。

综上所述,胆囊结石是一种常见的消化系统疾病,但通过健康饮食、适当运动和注意药物使用等预防措施,我们可以降低患病风险。对于已经患有胆囊结石的患者,及时确诊、评估并选择合适的治疗方法至关重要。手术后的护理和康复期也需要密切配合医生指导,并遵循饮食调整和逐渐增加活动的建议。通过积极采取措施,我们能够有效管理胆囊结石,并提高生活质量。

(上接第82页)

酸甜等。

7. 留意过敏反应

在红臀护理过程中,应注意宝宝是否出现过敏反应。如果宝宝的红臀情况持续恶化或伴随其他症状,如疼痛、瘙痒、红肿等,可能是宝宝对某些产品或食物过敏。在这种情况下,应及时就医并咨询医生的建议。

8. 保持适当的空气流通

在红臀护理中,需要确保宝宝的臀部有足够的空气流通。可以经常给宝宝进行换尿布的间歇,让臀部能够得到充分的通风。这有助于减少湿气的滞留,促进宝宝的臀部皮肤健康。

9. 红臀护理的必要时间

红臀护理是一个需要耐心和时间的过程。在进行红臀护理时,要充分给与宝宝足够的时间来让皮肤得到愈合和修复。不要着急,坚持正确的护理方法,红臀问题将逐渐减轻,宝

宝的皮肤也会恢复健康。

四、小结

通过本文的介绍,我们了解了新生儿红臀护理的重要性以及注意事项。针对新生儿红臀护理,我们需要充分了解其原因以及如何预防和处理。最后,我们也要鼓励父母们养成良好的护理习惯,为宝宝的健康成长提供全面的关怀和保护。通过共同的努力,我们可以确保宝宝远离红臀问题,享受健康快乐的成长过程。

参考文献:

- [1] 吴莎莉, 文辉, 严肱. 规范化管理在新生儿红臀护理中的应用效果观察[J]. 护理研究, 2023, 29(12): 1534-1535.
- [2] 阳春梅. 应用3M液体敷料联合电吹风护理新生儿红臀的效果观察[J]. 全科护理, 2024, 8(6): 560-561.
- [3] 黄红梅. 局部吹氧对新生儿红臀的应用效果观察及护理[J]. 华夏医学, 2023, 28(2): 84-86.

(上接第83页)

高血压患者应规律作息,避免昼夜颠倒,保持充足的睡眠,使患者的各个器官维持平稳的状态。建议每晚保持7-8小时的高质量睡眠,白天可适当安排午休,但时间不宜过长,以免影响夜间睡眠。患者还应创造良好的睡眠环境,保持卧室安静、舒适、温暖,避免睡前进行刺激性活动,如观看恐怖电影、剧烈运动等。

3.6 心理护理

高血压患者应保持心情愉悦,避免心理负担过重或精神压力过大,防止情绪出现大幅度的波动,以免引发血压升高。日常患者可以倾听舒缓音乐,也可以采用冥想、深呼吸等方式,将身心状态保持放松,尽量保持平稳的情绪。患者在情绪状态不佳时,应积极寻求社会支持,与家人、朋友保持良好的沟通,

分享自己的感受与困惑。必要时,可寻求专业心理咨询师的帮助,进行心理疏导与干预。患者还应避免接触可能引发情绪波动的刺激源,如过度激烈的竞争环境、紧张的工作氛围等。

3.7 定期复诊

正常高值或高血压I级患者,每1-3个月复诊一次;血压达标且稳定的患者每月复诊一次;如使用至少3种降压药物,血压仍未达标的老年患者,应考虑前往高血压专科进行治疗。

本文的内容到这里就结束了,相信通过文章的阅读大家可对高血压的相关知识已经有了初步的认知,希望大家在日常生活中可以养成良好的生活习惯,科学饮食、规律作息、适当运动,远离环境污染,保持心情愉悦,定期参加体检,做好疾病的防治工作。祝身体健康!