



מאמר

תפרחת חיתולים: כל מה שחשוב לדעת על מניעה וטיפול

תפרחת חיתולים המופיעה על עורו העדין של התינוק היא אמנם תופעה נפוצה מאוד ולעיתים גם מדאיגה עבור הורים רבים, אך אפשר בהחלט למנוע ולטפל בה בקלות, בעזרת שגרת טיפול נכונה בעת החלפת חיתול ושימוש בתכשירים מתאימים.

המאמר נכתב בשת"פ עם חברת WELEDA

תפרחת חיתולים היא תופעה שכיחה מאוד בקרב תינוקות, בעיקר בגילאים 4-15 חודשים. כאשר אינה מטופלת, התופעה המטרידה עלולה לגרום סבל לתינוקות הקטנים ואף להחמיר. בעזרת טיפול ביתי מתאים ניתן למנוע את התופעה ולטפל בה במקרה הצורך. אז איך מחליפים בצורה נכונה חיתול לתינוק? על איזו שגרת ניקיון מומלץ להקפיד בעת שימוש בחיתולים ועוד. רכזנו עבורכם את כל מה שחשוב לדעת על מניעה וטיפול בתפרחת חיתולים.

מהי תפרחת חיתולים?

תפרחת חיתולים, או בשמה המקצועי: דרמטיטיס חיתולים, היא גירוי בעור התינוק המופיע בעיקר באזורים המכוסים על ידי החיתול: אברי המין, הטוסיק, הירכיים והבטן של התינוק. גירוי זה עלול להוביל גם לשינוי התנהגותי המתבטא בחוסר מנוחה ובכי, במיוחד בזמן החלפת החיתול, רחצה של התינוק או כל מגע באזור המגורה. למרות שהתינוק נמצא רוב הזמן עם חיתול, הגירוי יכול להופיע ולהיעלם כתלות בגורמים שונים המאיצים או מפחיתים את התפתחותו.

כיצד תזהו שמדובר בתפרחת חיתולים?

התפרחת מתבטאת בעור אדום ומגורה שיכול להיראות כנקודות אדומות או כפריחה ממושטת בכל אזור החיתול. במקרים חמורים יופיעו שלפוחיות ופצעים באזור הפריחה, ואף זיהום בעל צבע אדום בוהק ועור בצקתי ומנופח. במקרים אלה עלולה הפריחה לחרוג מאזור החיתול ולהתפשט לאזורים נוספים.

מה גורם לגירוי בעור מחיתולים?

גירוי בעור מחיתולים נגרם בשל מספר סיבות ומהשילוב ביניהן.

- סביבה לחה וסגורה: החיתול, שמטרתו למנוע את בריחת ההפרשות של התינוק, מהווה סביבה חמה, לחה ולא מספיק מאווררת, במיוחד כאשר אינו מוחלף בזמן או לעיתים תכופות.
- מגע העור עם הפרשות התינוק: אזור החיתול חשוף באופן תמידי לשתן ולצואה, שהינם חומציים יותר מהעור העדין של התינוק. במקרים של שלשולים תכופים הצואה עלולה להיות חומצית מאוד ולגרום לכוויה בעור.
- עורו העדין של התינוק: מאחר והעור של התינוק הוא עדין יותר, שפשוף מבגד או חיתול הדוקים מידי עלולים לעודד את התפרחת, כמו גם שימוש במוצרים חדשים

כגון: חיתולים מסוג שונה מאלו שהתינוק היה רגיל אליהם, מגבונים חדשים, סבון קוסמטי לעומת סבון טבעי, ועוד. תינוקות בעלי עור רגיש במיוחד, הסובלים למשל מאסטמה של העור או סבוריאה באופן כרוני יפתחו תפרחת חיתולים בתדירות גבוהה יותר.

- שינוי בתזונה: לעיתים, שינוי באופי התזונה של התינוק, כמו למשל תוספת של מזונות מוצקים, עשוי לגרום בהתחלה ליציאות רכות ולשינוי בתדירות ובחומציות שלהן.
- זיהום פטרייתי: הסביבה החמה והלחה הנוצרת בתוך החיתול היא כר לכניסה והתפתחות של זיהום פטרייתי, המופיע בדרך כלל בתוך קפלי העור ומלווה בנקודות וכתמים סביב אזור הפריחה המרכזי.

כיצד ניתן למנוע תפרחת חיתולים?

הבשורות הטובות הן כי בהחלט ניתן למנוע הופעה של תפרחת חיתולים על עור התינוק, באמצעים ביתיים פשוטים:

- החלפת החיתול באופן תדיר: יש להחליף את החיתול של התינוק לעיתים תכופות ולהקפיד במיוחד על החלפה מיד כאשר החיתול מתלכלך או מתמלא בנוזלים.
- הקפדה על ניקיון האזור שבא במגע עם החיתול: בכל החלפת חיתול מומלץ לשטוף את הישבן של התינוק במים חמימים. אחת ליום, כדאי לרחוץ את התינוק באמבטיה חמימה עם סבון המותאם במיוחד לניקיון עורו העדין של התינוק. לפני כל טיפול בתינוק יש להקפיד על רחצה וניקיון הידיים.
- ייבוש ואוורור: לאחר השטיפה יש לייבש היטב את האזור שנרחץ באמצעות מגבת נקיה או באוויר הפתוח ובמידת הצורך לטפוח קלות על העור, אך לא לשפשפו. מיד פעם, כדאי לאפשר לתינוק להיות חופשי מהחיתול.
- שימוש בקרם לאזור העור שבא במגע עם החיתול: קרם המכיל 100% רכיבים ממקור טבעי ומותאם לעורו העדין של התינוק, יכול לסייע להזין את העור וליצור שכבת הגנה זמנית המבודדת את העור מרטיבות ומסייעת למנוע התפתחות תפרחת חיתולים. בטיפול בתפרחת קלה והפחתת גירויים בעור. שימו לב, מומלץ לבחור בקרמים המגיעים עם אריזה המאפשרת סגירה אוטומת היוצרת ואקום וחוסמת את המוצר מכניסת אוויר, שכן אריזה מסוג זה שומרת על הפורמולה כנגד כניסת אוויר הפוגעת במוצר.
- מומלץ להימנע: מניגוב עור התינוק במגבונים המכילים אלכוהול או חומרי ריח, וכן משימוש במשחות וקרמים המכילים חומרים סינטטיים כגון: וזלין, חומצה בורית, פנול, שמן קמפור, בנזוקאין או סליצילטים.

אם כבר התפתחה תפרחת חיתולים, אילו

מוצרים מומלצים לטיפול?

גם לאחר שהתפתחה תפרכת חיתולים, ניתן לטפל בה בעזרת תכשירים לטיפול מקומי. חשוב להקפיד על שימוש במוצרים המכילים רכיבים המתאימים לעורו העדין של התינוק:

- רכיבים ממקור טבעי: בניגוד לחומרים סינתטיים, תכשירים המכילים 100% רכיבים ממקור טבעי מתאימים במיוחד לטיפול בעורם של תינוקות רכים ועשויים להפחית הופעת גירויים בעור. הרכיבים שמומלץ לחפש על האריזה הם: שמן קוקוס ושמן שומשום (עדיף מגידול אורגני) התורמים להזנה אינטנסיבית של העור, ושמן שקדים המסייע לאיזון והרגעת העור.
- תמציות צמחים: הידועים בסגולות הרגעה והגנה על העור, הם מרכיב חשוב במוצרים טיפוליים לעורו הרגיש של התינוק. כך למשל, ניתן למצוא בחלק מהמוצרים את מרכיב שורש הפרח נטופית לבנה הידוע ביכולתו להקל על כאב, וצמחי אמנון ותמר לטיפול בעור מגורה.
- קלנדולה: הינו צמח הידוע מזה מאות שנים בסגולותיו המסייעות בהרגעת עור אדמומי ומגורה ומשפרות את מרקם העור.

מתי כדאי לגשת לרופא?

למרות שניתן למנוע ולטפל בתפרכת בעור באזור החיתול באמצעים ביתיים ובתכשירים לטיפול מקומי, לעיתים אם חלפו מספר ימים ללא הטבה ואף נגרמה החמרה במצב העור, כדאי לגשת לבדיקת רופא. כמו כן, במקרים בהם הפריחה מדממת או בעלת הפרשה נוזלית, ישנה התפשטות של הפריחה לאזורים נוספים בגוף כמו הפנים, הזרועות והקרקפת, התינוק מעלה חום, או שהפריחה מופיעה בששת השבועות הראשונים בחייו של התינוק² חשוב לפנות לקבלת טיפול רפואי בהקדם האפשרי.