

# Quelles précautions d'hygiène pour votre nouveau-né ?

## Donnez lui son bain quotidien !

Le bain peut-être donné très précocement même avant la chute du cordon ombilical.

Plusieurs règles simples sont à suivre :

- La pièce où le bain est donné doit être suffisamment chaude (22 à 23°) car le nouveau-né se refroidit rapidement.
- La baignoire utilisée doit être à bonne hauteur (petite baignoire à fixer sur une baignoire adulte). A défaut, on peut donner le bain dans un lavabo ou une cuvette.
- La température de l'eau doit être vérifiée par un thermomètre. Elle doit être de 37°, pas moins pour éviter le refroidissement de l'enfant, pas plus pour ne pas risquer de brûlure. Attention à ne pas remettre de l'eau du robinet au cours du bain sans en avoir vérifié la température.
- Le bébé doit être maintenu fermement sous la nuque posée sur la paume de la main gauche (pour un parent droitier). Quand l'enfant est un peu plus grand, on peut utiliser des dispositifs prévus à cet effet qui le maintiennent assis, mais il ne faudra en aucun cas laisser l'enfant seul dans son bain sans surveillance.
- On utilisera pour la toilette du corps et du visage de préférence des produits d'hygiène doux liquides ou solides (savons surgras). Les cheveux seront lavés quotidiennement avec un shampoing adapté (base lavante douce).
- A la sortie du bain, il faut envelopper bébé dans une serviette, toujours pour éviter tout refroidissement et le sécher soigneusement sur la table à langer.

## Passage obligé sur la table à langer

Après le bain, plusieurs gestes sont nécessaires pour parfaire la toilette de bébé :

- Une particulière attention doit être portée à tous les plis qui doivent être soigneusement séchés, l'humidité persistante favorisant les infections.
- La toilette intime qui ne peut toujours se faire facilement au cours du bain, consistera chez les petites filles à écarter les grandes lèvres et laver délicatement à l'aide d'une compresse imbibée d'eau depuis le méat vers l'anus. Pour les petits garçons, il est inutile de rechercher à décalotter complètement le gland, ce qui est souvent difficile voire impossible à cet âge. Cela s'obtient en général naturellement lorsque l'enfant grandit.
- Les fesses doivent être bien séchées. Si elles sont un peu irritées et seulement dans ce cas, on pourra appliquer une crème "apaisante et réparatrice".

*Le nouveau-né est fragile : son système immunitaire ne lui permet pas encore de se défendre efficacement contre les infections. Il faut donc tout faire pour le protéger contre tous les microbes qui le menacent et cela passe d'abord par une hygiène rigoureuse.*

- Si la peau du corps ou du visage est sèche, on pourra appliquer une crème hydratante neutre.
- Avant et pendant les quelques jours qui suivent la chute du cordon (deuxième semaine généralement), il faudra nettoyer doucement le nombril avec une compresse imbibée d'un antiseptique (hexamidine et chlorhexidine de préférence aux produits iodés, à l'éosine, et surtout à l'alcool à 70° ou 90°).

## Une fois le bébé habillé, on prendra soin de nettoyer :

- Les yeux avec un coton ou une compresse mouillés d'eau tiède ou de sérum physiologique.
- Les oreilles à l'aide d'un bout de coton effilé de préférence au coton-tige avec lequel on risque de heurter le tympan voire de le blesser.
- Le nez, également avec une mèche de coton humidifié (eau ou sérum physiologique). On pourra utiliser un mouche-bébé si le nez paraît difficile à dégager.
- Les ongles seront coupés régulièrement avec des ciseaux à bouts ronds, pour éviter que l'enfant ne se griffe.
- En cas de croûtes de lait, il faudra procéder à un massage du cuir chevelu avec de l'huile d'amandes douce, ou de la vaseline ou encore certaines préparations du commerce afin de décoller ces croûtes.

Ces soins quotidiens permettent d'assurer la prévention de nombreuses affections cutanées, oculaires ou mêmes ORL. Encore faut-il rappeler qu'il faut changer bébé fréquemment au cours de la journée (à chaque émission de selles ou d'urines) pour éviter l'apparition d'un érythème fessier, et vérifier régulièrement que le nez n'est pas bouché, que les yeux ne sont pas irrités avec des cils collés etc...

Cachet du médecin