

Получить консультацию
гинеколога вы можете по адресам:

ул. Санаторная, 22

ул. Дагестанская, 34а

ул. Академика Шварца, 14г

Номер единого

контакт-центра: 227-01-72

Более подробную информацию вы
можете получить на сайте dgb8.ru



Свои вопросы вы можете задать
специалисту на сайте dgb8.ru
в разделе «Вопрос специалисту»



Берегите себя!

Запомнить нужно навсегда:
залог здоровья – чистота!



ГИГИЕНА ДЛЯ ДЕВОЧЕК

Общие правила:

1. Выделите ребёнку отдельные принадлежности для интимной гигиены- специальное средство для ухода, полотенце;
2. Перед подмыванием нужно вымыть руки;
3. При подмывании ребёнка располагать так, чтобы направление тёплой струи воды было от живота к промежности;
4. Использовать Ph-нейтральное средство. Мягко намылить промежность ребёнка спереди назад и смыть несильной струёй проточной тёплой воды;
5. Процедуру проводить дважды в день- утром и вечером;
6. Бельё должно быть из мягкого хлопка. Стирать детское бельё нужно отдельно. После стирки обязательно проглаживать как белье, так и полотенце для гигиены;
7. При возникновении воспаления, сильного покраснения и отёка обратитесь к детскому гинекологу для выяснения причины.

Гигиена для девочек с рождения до 1 года

- У новорождённых девочек кожа нежная и тонкая;
- Подгузники нужно менять после намокания, а также дефекации. При смене подгузника ополаскиваем наружные половые органы девочки тёплой водой, а после дефекации – промываем со специальным моющим средством, после этого обрабатываем промежность прокипячённым персиковым маслом или специальными кремом под подгузник;
- Не используйте тальк – он часто раздражает нежную кожу ребёнка;
- Старайтесь не класть малышку без памперса, пелёнок или ползунков к себе в постель, и ни в коем случае не используйте для процедур общие таз, полотенце.

Гигиена для девочек с 1 года до 9 лет

- Так как ребёнок становится более подвижным, отдавайте предпочтение хлопковому белью, достаточно прилегающему к телу, тем самым исключается попадание песка, земли на половые органы, особенно это актуально в летнее время!
- С 3-х лет девочки могут проводить процедуры самостоятельно. Предварительно покажите, как правильно это делать, например, на кукле;

• Использовать специальные средства для девочек с 0 до 9 лет, приобретать их лучше в аптеках, т.к. там они проходят контроль качества;

• Когда девочка пойдёт в школу, обязательно обсудите, что при каждом мочеиспускании нужно промокать бумажной салфеткой половые органы, а также то, что опорожнять кишечник и мочевой пузырь надо вовремя, иначе могут появиться отклонения в развитии половой системы.

Гигиена для девочек/девушек с 9 до 18 лет

- Наступает период полового созревания. В районе 10-11 лет можно говорить с девочкой о начале менструаций, чтобы к их началу ребёнка не было страха;
- С приходом менструаций можно использовать уже специальные интимные гели для девушек с содержанием молочной кислоты, которая защищает от микробов;
- Во время менструаций участить подмывания до 3-4 - х раз в день;
- Прокладку менять 2-3 р/день.
- Тампоны, даже мини-размера, не рекомендуется использовать.

Надеемся, что наши рекомендации помогут Вам в сохранении здоровья!