

## 6 βασικά tips πριν κάνετε μπάνιο ένα βρέφος

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



### 1. Χρησιμοποιείτε σφουγγάρι

Αν ο ομφάλιος λώρος δεν έχει πέσει ακόμα, αρκείστε να πλένετε το μωρό σας με τη βοήθεια ενός σφουγγαριού. Το σωματάκι ενός βρέφους παραμένει καθαρό για πολλές ώρες (με εξαίρεση την περιοχή του πρωκτού και των γεννητικών οργάνων), οπότε δεν χρειάζεται να επαναλαμβάνεται την διαδικασία πολύ συχνά. Αυτό βέβαια εξαρτάται και από την εποχή.

### 2. Το κατάλληλα βρεφικά σαμπουαν

Επιλέξτε με προσοχή το σαμπουάν που θα πλένετε το κεφαλάκι του μωρού σας, ώστε να μην ξηραίνει το ευαίσθητο δέρμα του αλλά να το καθαρίζει απαλά. Ένα

προϊόν με ήπιο pH και εκχυλίσματα καλέντουλας και D-Panthenol είναι κατάλληλο για το καθημερινό του λούσιμο.



### **3. Κάντε το να νιώσει άνετα**

Τα βρέφη που διανύουν τις πρώτες ημέρες στο κόσμο, δέχονται εκατομμύρια πρωτόγνωρα ερεθίσματα κάθε στιγμή και καλούνται να ανταποκριθούν σε αυτά. Η αίσθηση του νερού μπορεί να μην τους είναι άγνωστη, ωστόσο ακόμα φοβούνται και μπορούν να ταραχθεί.

Για αυτό κρατήστε μαζί του τόσο την σωματική, όσο και την οπτική επαφή και βοηθήστε το μωρό σας να νιώσει άνεση και ασφάλεια.

### **4. Συγκεντρώστε τα απαραίτητα**

Πριν ξεκινήσετε το μπανάκι σιγουρευτείτε ότι κοντά σας όλα όσα θα χρειαστείτε, όπως βρεφικό σαμπουάν, βρεφικό αφρόλουτρο, σφουγγάρι, πετσέτα, κάποιο παιχνιδάκι. Σε καμία περίπτωση δεν πρέπει να αφήσετε το μωρό σας από τα μάτια σας αν ξεχάσατε κάτι ή αν χτυπήσει το κινητό σας, Αν είναι ανάγκη, ξεπλύνετε το μωρό και πάρτε το μαζί σας.



## 5. Βάλτε στρωματάκι

Στην αγορά θα βρείτε μαλακά στρωματάκια, κατάλληλα για το βρεφικό μπανάκι. Αν δεν το έχετε δοκιμάσει κάντε το καθώς το μωρό σας θα νιώθει άνετα και εσείς σίγουροι ότι δεν θα σας γλιστρίσει και θα μπορέσετε να ολοκληρώσετε το μπάνιο του με χαμόγελα.



## 6. Έχετε βοήθεια

Προτιμήστε να κάνετε μπανάκι το μωρό σας τις ώρες που βρίσκεται και κάποιος άλλος στο σπίτι, έτσι ώστε αν θελήσετε βοήθεια να μπορεί κάποιος να σας την παρέχει.