

A B C

dobrej mamy

Czy poród
MUSI TAK BOLEĆ?

Delikatna
**SKÓRA
MALUCHA**

Jak wybrać
POŚCIEL?

WYPRAWKA
noworodka

**SEZON
NA INFEKCJE**

Katar, zatkany nos,
ból gardła, gorączka

**KOLKA
DZIECIEĘCA**
Jak sobie z nią radzić?

Polecamy!



Kolka?

91% lekarzy* wybiera Delicol

Niedojrzały układ pokarmowy maluszka nie radzi sobie z trawieniem laktozy, czyli cukru występującego w mleku. Przyczyną może być zbyt mała ilość laktazy - enzymu, który jest odpowiedzialny za trawienie laktozy.



Pozytywna ocena
Polskiego
Towarzystwa
Pediatrycznego



Delicol to żywność specjalnego przeznaczenia medycznego. Zawarty w nim naturalny enzym laktaza rozkłada laktozę - cukier mleczny. Dzięki temu **doskonale eliminuje przyczynę kolki niemowlęcej****, a nie tylko łagodzi objawy.

Delicol można stosować zarówno przy karmieniu naturalnym jak i sztucznym, podając dziecku bezpośrednio lub do pokarmu.

więcej na www.delicol.pl

* dotyczy kolki niemowlęcej; na podstawie badania marketingowego przeprowadzonego wśród 1369 lekarzy pediatrów w okresie IX-X.2014

** dotyczy kolki niemowlęcej wywołanej przez nietolerancję laktozy

NATALIS™ 1

Do nabycia w aptekach
BEZ RECEPTY

WYBIERZ

BEZPIECZNE

ROZWIĄZANIE



Poleca Natalis
od 2012 r.

ŻEL POŁOŻNICZY NATALIS™ 1

- ułatwia przebieg porodu naturalnego, tworząc warstwę poślizgową w kanale rodny,
- skraca czas trwania porodu, a także ochrania płód oraz pochwę, dno miednicy i narządy rodne matki,
- zmniejsza ryzyko urazów u dziecka i matki,
- wspomaga **odbudowę flory** bakteryjnej w pochwie,
- nie zawiera żadnych substancji czynnych ani składników hormonalnych.

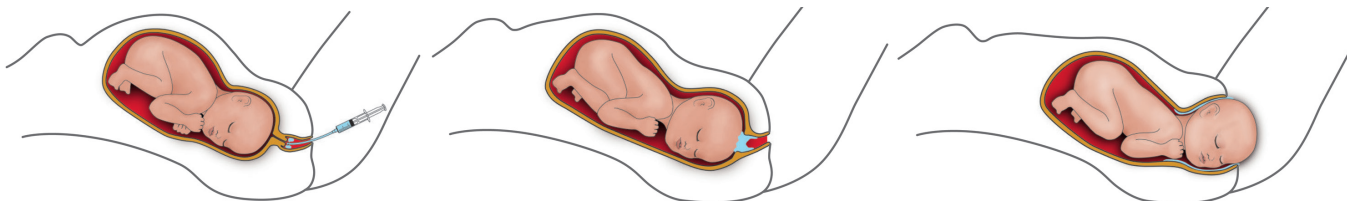
Skład: hydroksyetyloceluloza, glikol propylenowy, glicerol, woda, guma ksantanowa (polisacharyd), chlorek sodu.

Wskazówki dotyczące stosowania: Żel położniczy Natalis™ 1 jest produktem sterylnym i w początkowej fazie porodu lekarz lub położna nakładają go poniżej szyjki macicy za pomocą miękkiego aplikatora dopochwowego.

Żel natychmiast tworzy warstwę poślizgową na ściankach kanału rodnego. Działanie produktu jest wyłącznie fizyczne: nie zawiera on żadnych substancji czynnych ani składników hormonalnych.



Aplikacja żelu:



Wielkość opakowania: Żel położniczy Natalis™ 1 zawiera 1 ampułkę z żelem o pojemności 15 ml oraz aplikator w oddzielnym, sterylnym opakowaniu.
Kategoria dostępności: **WYRÓB MEDYCZNY**

INFOLINIA

887-118-118
888-119-119

Nasi partnerzy

medela
wypożyczlaktator.pl
wypożyczlaktator.pl



szkolarodzenianamedal.pl



Wyprawka
Noworodka.pl

wyprawkanoworodka.pl



SWISS QUALITY
PREMIUM PRODUCT

www.natalis.swiss



Spis treści

NUMER 24 / GRUDZIEŃ 2019

Ciąża i poród

- 12 BADANIA W CIAŻY**
Zalecenia i indywidualne wykonania.
- 14 CZY PORÓD MUSI TAK BOLEĆ?**
Jak przygotować się do porodu emocjonalnie?
- 16 FARMAKOLOGICZNE SPOSOBY NA BÓL PORODOWY**
Jak poradzić sobie z bólem porodowym?
- 26 UŚMIECHNIJ SIĘ!**
Dbanie o mleczaki a zdrowie zębów statych.

Moda i uroda

- 18 KARNAWAŁOWY SZYK**
Przygotuj już karnawałowe stylizacje ciążowe.

Strefa mamy

- 20 KRYZYSOWY POMOCNIK – LAKTATOR**
Niezastąpiony przyjaciel karmiącej mamy.
- 30 KREATYWNE ZABAWKI**
Wybierz te, które wspierają rozwój dziecka.

Strefa dziecka

- 8 ABY BOBAS SŁODKO SPAŁ**
Wieczorne rytuały na dobranoc pomogą utulić brzdąca do snu.
- 24 KIEDY SWĘDZI SKÓRA MALUCHA?**
Zapobieganie podrażnieniom skóry u dziecka.
- 26 PIERWSZE ZĄBKI**
W jaki sposób dbać o zęby dziecka?
- 28 JAK WYBRAĆ POŚCIEL?**
Zakup odpowiedniej pościeli pozwoli na spokojny sen maluszka.

28



32





32 UCIAŻLIWY PROBLEM
Kolka dziecięca – jak sobie z nią radzić?

34 SEZON NA INFEKCJE
Wywiad z lek. med. Grzegorzem Siteniem ze Szpitala Specjalistycznego PRO-FAMILIA w Rzeszowie.

36 PRZEZIĘBIENIE CZY GRYPA?
Kilka prostych kroków, aby zmniejszyć u dziecka ryzyko zachorowania.

38 PROBIOTYK
Wsparcie w antybiotykoterapii – zalety i wady.

Sprawdzone przez mamy

48 MAMA NA ZAKUPACH
Na to warto zwrócić uwagę.

50 SZKOŁY RODZENIA
Lista najlepszych placówek.

52 DOBRE ADRESY
Polecane dla mamy i dziecka.

Strefa taty

40 FOTELIK NA MIARĘ
Wybieramy odpowiedni fotelik dla maluszka.

44 WYBIERAMY WÓZEK!
Doradzamy, na co zwrócić uwagę podczas wyboru pierwszych czterech kółek dla bobasa.

Niezbędnik

22 POWRÓT ZE SZPITALA DO DOMU
Co warto mieć po powrocie z dzieckiem do domu?



Poznaj nasze akcesoria dla niemowląt i dzieci



Sensillo
www.sensillo.pl



Sensillo jest polską marką oferującą wyroby tekstylne i pielęgnacyjne przeznaczone dla dzieci. Nieważne, czy chodzi o odpoczynek i sen, przewijanie czy zabawę, produkty **Sensillo** mają uprzyjemnić rodzicom każdą chwilę spędzaną z dzieckiem. W naszej ofercie znaleźć można kocyki, okrycia kąpielowe, różnego rodzaju pieluszki, a także śpiworki, gniazda niemowlęce i rogalce do karmienia.



 www.facebook.com/Sensillopl

 www.instagram.com/sensillobrand/

Platforma B2B: www.iks2.pl



PIXABAY

Aby bobas słodko spał

Sen jest niezwykle ważny z punktu widzenia prawidłowego rozwoju i zdrowia dziecka. Odpowiednia ilość snu wpływa na wzmocnienie odporności maluszka, regenerację organizmu, prawidłowy rozwój mózgu, a także produkcję hormonu wzrostu w optymalnej ilości. Jak zatem zapewnić dzidziusiowi spokojny i zdrowy sen?

WAŻNE RYTUAŁY

Ważne jest, aby snu nie zakłócać, jeśli nie ma takiej potrzeby. Dziecko nie rodzi się z umiejętnością rozróżnienia dnia i nocy oraz nie zna rytmu, który tym porom towarzyszy. W ciągu dnia, kiedy malec urządza sobie drzemki, nie stosujemy specjalnych rytuałów, nie chodzimy na palcach,

nie zaciągamy zasłon. Kiedy niemowlę się przebudzi – dobrze jest zachęcić je do aktywności, pobawić się z nim, nawiązać kontakt. Wieczorem warto wypracować sobie pewien rytm, który będzie zwiastował maluchowi, że nadchodzi pora spania. Pomoże nam w tym kąpiel dziecka o stałej porze, wieczorne karmienie oraz stonowane światło. Możemy również włączyć w te przygotowania do snu masaż. Pozwoli on na rozluźnienie dziecka i wyciszenie. Warto wprowadzić własne „zwiastuny snu”, np. nucenie dziecku, całus od rodziców na dobranoc, czytanie bajki ściszonego głosem. Prowadźmy do wyciszenia, uspokojenia, nie proponujmy dziecku zabawy i aktywności. Trudniej będzie mu zasnąć.

GDY JEMY - NIE ŚPIMY!

Nie pozwalaj niemowlęciu na zasypianie w czasie karmienia. Jeśli nie jest już głodne i przestaje ssać – od-

staw je od piersi, ale przytul i pozwól czuć twoje ciepło i obecność. Zbyt długie pozostawianie malucha z brodawką w buzi może powodować macerację naskórka. Maluszki karmione piersią będą budzić się w nocy, dopóki będą pozostawały na pokarmie od mamy. Jej mleko jest lekkostrawne i dzieci częściej domagają się ssań. Korzystaj więc z chwil w ciągu dnia, kiedy dziecko śpi i ty również odsypiaj. Jest to złota zasada – kiedy dziecko śpi – śpij i ty.

RAZEM CZY OSOBNO?

Możesz przyzwyczajać niemowlaka do spania we własnym łóżeczku. Jednak spanie z maluszkiem jest wygodne, pozwala na rzadsze wybudzanie się, szybszą reakcję wobec dziecka i wygodę karmienia piersią w nocy bez konieczności wstawania z łóżka. Jest to tzw. co-sleeping, co można przetłumaczyć jako współspanie. Dziecko czuje się bezpieczniej,

Co może przeszkadzać w czasie snu?

- Niewygodne czy podwinięte ubranko. Unikajmy zakładania na noc ciuszków z pomponami i innymi niepotrzebnymi dodatkami.
- Ciasna, a także mokra pielucha nie wpływa dobrze na komfort snu.
- Zbyt ciepłe ubranie lub okrycie dziecka powoduje zdenerwowanie malucha.
- Zatkany nos, który przysparza wiele problemów.
- Nadmierny hałas – szczególnie wysokie dźwięki potrafią wybudzić malca. Wiele dzieci natomiast bardzo lubi dźwięki zbliżone do tych, które znało w życiu płodowym – szumy. W związku z tym dzieciaki chętnie usypiają przy dźwięku suszarki czy odkurzacza. Nie bez powodu powstały liczne aplikacje na telefon, które wydają dźwięk wyżej wymienionych sprzętów. Pamiętaj jednak, aby nie przesadzać ze stosowaniem tego typu rozwiązań. Nie układaj telefonu komórkowego i innych sprzętów generujących szum w okolicy głowy dziecka!

spokojniej. Trzeba jednak kierować się też zasadą bezpieczeństwa i np. kiedy jeden z rodziców zażywa leki, jest otyły, pali – należy zdecydowanie zrezygnować z zabierania malucha do naszego łóżka.

WŁAŚCIWA TEMPERATURA

Temperatura powietrza w pokoju, w którym śpi dziecko, powinna wynosić 18–20°C, nie więcej. Pomieszczenie powinno być wietrzone codziennie, nawet zimą. Nie pozwalaj, aby w obecności maluszka palono papierosy. Nie przegrzewaj dziecka. Unikaj zakładania zbyt wielu lub zbyt grubych ubrań (zwłaszcza z syntetycznych tkanin). Dopilnuj, aby główka malca nie była zakryta, ponieważ jest ona dużą powierzchnią wymiany ciepła z otoczeniem. Gdy powietrze w pokoju dziecka jest suche, warto zaopatrzyć się w nawilżacz powietrza. Zimą jest on wręcz niezbędny. Pamiętajmy, że przez pierwsze

Naturalnie i przyjemnie

Pościel dla maluszka powinna być wykonana z najwyższej jakości, naturalnych, najlepiej bawełnianych tkanin, które pozwolą na swobodną cyrkulację powietrza. Miłe dla oka wzory i przyjemna kolorystyka również pozytywnie wpłyną na sen bobasa.



Pościel Lamy, Pościel z motywem sympatycznych lam i pastelowych pomponów. Dla najśodszych snów.
149 zł, MUMLA, mumla.pl



Amy – zestaw kołderka i poduszka 65 x 60 cm, 30 x 30 cm. Komplet jest wykonany z wysokogatunkowej miękkiej bawełny 100% i wypełniony hipoalergiczną ociepliną BabySoft. Kolekcja Dalia.
Ok. 90 zł, AMY, amy.com.pl



Zestaw pościeli K2 Forest Blue. Szwedzka pościel w rozmiarze 100 x 135; 40 x 60 cm. Wykonana ze 100% bawełny z certyfikatem Oeko-Tex Standard.
149 zł, NG BABY, lulubaby.pl



Jackie Town. Komplet bawełnianej pościeli: poduszka i kołderka z wypełnieniem, dla dzieci od urodzenia do około 5. roku życia.
309 zł, BELLAMY, bellamy.pl



ILE ŚPI DZIECKO?

Noworodek:

ok. 16–20 godzin na dobę

Niemowlę w 2.–3. miesiącu życia:

do 16 godzin na dobę

Niemowlę w 4.–6. miesiącu życia:

ok. 14–16 godzin w ciągu doby

Maluch do 12. miesiąca:

ok. 13 godzin w ciągu doby

2–3-letni malec:

przesypia przeciętnie 12 godzin w ciągu doby

Pamiętajmy jednak, że każde dziecko jest inne, każde ma własny tryb, który wypracowuje, dostosowuje do nowych warunków.

12 miesięcy maluch oddycha tylko przez nos, trzeba zadbać więc o komfort jego dróg oddechowych.

MIEJSCE ODPOWIEDNIE

Miejsce do spania powinno być początkowo w zasięgu obserwacji rodziców. Możemy zareagować na płacz dziecka i jego potrzeby. Dla bezpieczeństwa, łóżko maluszka powinno znajdować się w sypialni rodziców co najmniej przez pierwszych 6 miesięcy jego życia. Pamiętajmy, aby nie znajdowało się ono w przeciagu, blisko okna czy urządzeń grzewczych. Najlepiej, aby łóżeczko było wykonane z drewna i było bezpieczne – nie miało ostrych krawędzi czy wystających fragmentów drewna. Korzystnie,

Można przyzwyczajać dziecko do spania we własnym łóżeczku. Niekiedy jednak spanie z maluchem jest wygodniejsze, łatwiej go wtedy karmić, a niemowlę czuje się bezpiecznie.

aby miało szczebelki, które później starszemu dziecku ułatwią naukę wstawania, podnoszenia się.

ŁÓŻECZKOWE „WYPOSAŻENIE”

Niemowlę nie potrzebuje do spania poduszki. Nie wciskajmy mu więc jej na siłę. Odpowiednio twarde materacyk dopasowany wymiarami do łóżeczka będzie idealnym miejscem do spania. Nie wkładaj do łóżeczka dużych, pluszowych maskotek czy ostrych zabawek. Noworodek nie jest nimi zainteresowany, a mogą być niekiedy niebezpieczne, zaś starsze niemowlę będzie się tylko rozpraszało przed usypianiem. Dopasowany materac oraz przyjemna, bawełniana pościel stanowią podstawę wyposażenia. Podobnie jak z ciuzzkami – pościel powinna być uprana w proszku dla dzieci, nawet jeśli jest nowa.

Anna Plaskota-Gładosz, położna, specjalistka pielęgniarstwa ginekologiczno-położniczego, Certyfikowany Doradca Laktacyjny, Szkoła Rodzenia „Aktywni Rodzice”, polozna.net

Pomogą zasnąć



Otulacz First Step. Odzwierciedla warunki znane z brzucha mamy, wydłuża sen dziecka, łagodzi objawy kolki, zapobiega wybudzaniu poprzez eliminację odruchu moro, w błyskawiczny sposób uspokaja dziecko. 119 zł, [SLEEPEE, sleeppee.pl](http://SLEEPEE.sleeppee.pl)



Rosa. Dzięki manualnemu mechanizmowi bujania maluszek w naturalny sposób rozwija wyobraźnię, przestrzenną. Obrotowe siedzisko – bujanie nie tylko przodem, ale również bokiem. 299 zł, [LIONELO, lionelo.com](http://LIONELO.lionelo.com)

Wygodnie i miło

Wygodny materac to podstawa dobrego snu, nie tylko u dorosłych, lecz także w przypadku najmłodszych domowników. Wybierając ten element łóżeczkowego wyposażenia, warto więc zwrócić uwagę na jego twardość i antyalergiczne właściwości. Dobrze, jeśli będzie też wyposażony w zdejmowany pokrowiec, który raz na jakiś czas będzie można wyczyścić i odświeżyć.



Materac Premium Baby – Aero 3D Optima. Elastyczna i zarazem sprężysta struktura przestrzennie utkanej siatki 3D w połączeniu z matą lniano-konopną. 199 zł, [BADUM, badumshop.com](http://BADUM.badumshop.com)



Materac Bryza. Doskonała elastyczność i wentylacja dzięki warstwie wentylacyjnej 3D, strukturze specjalnej pianki oraz oddychającemu pokrowcowi. 859 zł (120 x 60 cm) i 889 zł (140 x 70 cm), [TRAUMELAND AUSTRIA, traumeland.pl](http://TRAUMELAND.AUSTRIA.traumeland.pl)



Materac piankowy Hevea Baby Eco. Wyjątkowo oddychający materac dedykowany dla niemowląt i dzieci. Zbudowany z dwóch sprężystych pianek wysokoelastycznych o podwyższonej gęstości i sztywności. Od 199 zł, [HEVEA, heveamateace.pl](http://HEVEA.heveamateace.pl)



MAŁE DZIECKO I DŁUGI SEN? TO MOŻLIWE!

Zajrzyj do nas a przekonasz się,
że sen Twojego Malucha nie
będzie już dla Ciebie
problemem!

Ponieważ... good sleep matters!

www.sleeppee.pl

na hasło „mama”
10% ZNIŻKI!



BADANIA W CIAŻY

Zalecenia i indywidualne wykonania

W trakcie ciąży lekarz nie tylko monitoruje stan matki i płodu wszelkimi dostępnymi metodami. U każdej ciężarnej indywidualnie stara się przewidzieć możliwość zaburzeń, zanim pojawią się jakiegokolwiek objawy. To przebieg ciąży bowiem decyduje, jak dalek będzie się rozwijał noworodek.

Polskie Towarzystwo Ginekologiczne wydaje specjalistyczne zalecenia do wykonania badań u każdej ciężarnej oraz do ich wykonania w sytuacji konkretnych powikłań przebiegu ciąży. Jednak to lekarz prowadzący decyduje o poszerzeniu spektrum badań laboratoryjnych lub USG oraz innych badań specjalistycznych w razie pojawienia się ryzyka wystąpienia różnych powikłań.

DO 10. TYGODNIA CIAŻY

Wykonanie badań laboratoryjnych u ciężarnych zaleca się do 10. tygodnia ciąży. Wcześniej też powinna się odbyć pierwsza wizyta u ginekologa. Podczas każdej wizyty lekarz mierzy masę ciała i ciśnienie krwi ciężarnej. Jeśli już otrzymamy wyniki badań laboratoryjnych i USG, można je wpisać do karty ciąży. Zalecane badania podstawowe niezbędne do wykonania to: określenie grupy krwi i czynnika Rh oraz od-

czynny Coombsa, morfologia, badanie ogólne moczu, poziom glukozy na czczo i VDRL. Jeśli w rodzinie występuje cukrzyca, można wykonać test tolerancji 75 g glukozy, aby odpowiednio wcześniej włączyć adekwatne postępowanie dietetyczne. Do badań zalecanych należy badanie HIV, HCV, badanie (IgG i IgM) toksoplazmozy, różyczki oraz CMV.

11.-14. TYDZIEŃ

Konieczne zalecane wykonanie badania USG „genetycznego” w celu określenia parametrów ryzyka wad genetycznych. Można je uzupełnić o dalsze badania odpowiednich markerów we krwi (test podwójny – białko PAPP-A oraz Beta-HCG). Dane te są następnie analizowane cyfrowo i otrzymujemy wynik określający stopień pojawienia się ewentualnego ryzyka poszczególnych, różnych wad genetycznych. Dalsze postępowanie wyjaśniające stopień ryzyka po konsultacji w poradni genetycznej można uzupełnić o zabieg

diagnostyczny. Takim zabiegiem jest amniopunkcja z pobraniem komórek jaja płodowego z łożyska płodu. Pozwala to ostatecznie określić i nazwać możliwość istnienia nieprawidłowości genetycznych.

Zawsze co 4. tygodnie należy wykonać badanie moczu. Umożliwia to ewentualne wczesne leczenie zaburzeń, zanim pojawią się objawy. Szczególnie jeśli ciężarna choruje na nadciśnienie, badanie uzupełnia się o posiew moczu. Są takie sytuacje, kiedy ciężarna czuje się dobrze, ale po badaniach pojawia się konieczność leczenia, aby nie dopuścić do ryzyka pojawienia się patologii i powikłań.

15.-20. TYDZIEŃ

W tym czasie wykonuje się morfologię i badanie ogólne moczu oraz określa poziom przeciwciał anty-Rh. Badanie można uzupełnić testem potrójnym – Beta-HCG, Estriol i AFP, jeśli istnieje zagrożenie pojawienia się wad genetycznych.

ginexid®

Ginekologiczna pianka oczyszczająca

24.-26. TYDZIEŃ

Jednym z najważniejszych badań w drugiej połowie ciąży jest badanie testu tolerancji 75 g glukozy, jako że od tego czasu następuje włączenie się łożyska w metabolizm glukozy. Można w ten sposób wykryć zaburzenie tolerancji i rozpocząć ewentualne leczenie. Po określeniu poziomu glukozy na czczo ciężarna wypija 75 g glukozy i pozostając w laboratorium, ma oceniany poziom glukozy po godzinie i po dwóch. Nierozpoznanie i nieleczenie zaburzeń tolerancji glukozy może się skończyć wysokim wzrostem masy ciała ciężarnej, jak i noworodka. Może to bardzo wikłać przebieg ciąży i sam poród. Ciężko bowiem jest urodzić fizjologicznie dziecko, które waży powyżej 4000 g.

W tym też czasie wykonuje się tzw. USG połówkowe, aby ocenić wszystkie najdrobniejsze elementy prawidłowego rozwoju płodu. W razie wątpliwości można samodzielnie zdecydować się na wykonanie drogich badań markerów we krwi ciężarnej określających ryzyko wad genetycznych. Jednak każdą decyzję warto konsultować z lekarzem prowadzącym.

27.-32. TYDZIEŃ

Pomiędzy tymi tygodniami ciąży wykonuje się badanie poziomu przeciwciał anti-Rh, morfologię i badanie ogólne moczu. W 28.-30. tygodniu ciąży można też zaproponować podanie immunoglobiny anti-D ciężarnym z Rh ujemnym bez przeciwciał anti-D. W grupie ciężarnych ze zwiększonym ryzykiem populacyjnym lub indywidualnym ryzykiem wykonuje się badanie VDRL, HIV, HCV. Natomiast warto wykonać posiew z pochwy w kierunku paciorkowców beta-hemolizujących. Odpowiednie postępowanie podczas porodu niweluje ryzyko infekcji u noworodka.

37.-39. TYDZIEŃ

Wtedy wykonuje się obowiązkowo badanie ogólne moczu. W razie stwierdzenia wskazań w ostatnich tygodniach ciąży można wykonać badanie USG, aby ocenić masę płodu, oraz badanie KTG.

PO 40. TYGODNIU

Koniecznym jest wykonanie badania KTG, aby określić możliwość oceny zaburzeń przepływu matczy-no-płodowego i ich wpływ na stan płodu. W razie wątpliwości badaniem testem oksytocynowym można zdecydować o konieczności ukończenia ciąży.

dr n. med. Tadeusz Oleszczuk, ginekolog-położnik,
tadeuszoleszczuk.pl, fb.com/drtadeusz



- działa przeciwbakteryjnie i przeciwzapalnie
- przywraca i utrzymuje fizjologiczne pH pochwy
- działa kojąco i odświeżająco

www.ginexid.pl



INTYMNOŚĆ

POD SPECJALNYM NADZOREM

DYSTRYBUTOR:
Miralex Sp. z o.o., ul. Św. Szczepana 25, 61-465 Poznań
www.miralex.pl

MIRALEX

Czy poród musi tak BOLEĆ?

Poród jest wyczekiwany momentem dla całej rodziny. Jednak to kobieta musi się do niego przygotować i go przeżyć. Z jednej strony ogromna radość połączona z oczekiwaniem na dziecko, z drugiej przerażenie i towarzyszący ból. Konflikt emocjonalny jest nieunikniony – ale czy ból też jest nieunikniony?

UTRACONY INSTYKNT

Położnicy twierdzą, iż to lęk znajduje się u podłoża nadmiernych doznań, na które uskarżają się rodzące kobiety. Psychologia już dawno uznała, że wewnętrzne konflikty emocjonalne wyrażają się przez układy somatyczne. Obserwując przebieg historyczny, można stwierdzić, że strach przed porodem jest skutkiem postępu cywilizacji. W XVII w. położono kobiety do łóżka, czyli w nienaturalnej – horyzontalnej pozycji, która służy wygodzie odbierających poród, by mogli z łatwością się przyglądać, jak postępuje poród. Im bardziej rozwijała się sztuka położnicza, tym bardziej kobiety zaczęły zatracać instynktowną umiejętność rodzenia. To personel medyczny zaczął je uczyć, jak rodzić, oddychać, przeć. Jednocześnie dążono do zadośćuczynienia naturze – starając się niwelować ból metodami farmakologicznymi.

LĘK, NAPIĘCIE, BÓL

W XX w. wydarzyło się coś, co zahamowało nieco ten trend. Aktywistka naturalnych porodów Sheila Kitzinger na jednym z sympozjów położyła się na stole, uniosła nogi do góry, na-

pięła mięśnie i zaczęła rytmicznie oddychać. Wcieliła się również w postawę położnych i lekarzy stojących nad rodzącą i krzyczących: „przyj”, „nie przyjm”, „oddychaj”, „nie oddychaj”, „zegnij nogi”, „wyprostuj się”. A następnie zmieniła front i przykucnęła pod ścianą, zamknęła oczy, wsłuchała w rytm swojego ciała i w skupieniu rodziła dziecko.

To był punkt zwrotny. Po latach obserwacji wywnioskowano, że na odczuwanie bólu ogromny wpływ ma strach, emocje i stereotypy kulturowe. I tak powstała „triada Reada”, na którą składają się: lęk, napięcie i ból. Postawa lękowa pobudza napięcie obronnych tkanek i prowadzi do wzmożonych reakcji czuciowych (bólowych). Sam zaś lęk najczęściej rodzi się z niewiedzy lub ze złej wiedzy o porodzie. Tworzy się błędne koło – im mniej wiemy, tym bardziej się boimy i tym bardziej boli. Pojawia się adrenalina – hormon stresu.

WPLYW HORMONÓW

Do rozpoczęcia porodu musi być uwolniona oksytocyna. Jest ona najpierw produkowana przez dziecko i łożysko, następnie przez orga-

nizm matki. Rozwieranie szyjki macicy, powodowane naciskiem dziecka i skurczami macicy, inicjuje wydzielanie oksytocyny – te procesy przez kobietę są odczuwane jako ból. Aby poród mógł wkroczyć w fazę aktywną, w której skurcze są długie i silne, ciało potrzebuje regularnej stymulacji i stałego wzrostu poziomu oksytocyny. Owe wyrzuty oksytocyny zapewniają przerywany ból, który na chwilę powoduje gwałtowny wzrost poziomu ostrego stresu i jednocześnie produkcję katecholamin. Ten naprężeniowy proces obu hormonów wyzwala produkcję endorfin – tzw. hormonów szczęścia. Podczas nasilania się siły skurczów następuje wzrost tolerancji bólu, tzw. podniesienie progu bólu, dzięki regularnemu wzrostowi stężenia „hormonów szczęścia”. Natomiast jeśli katecholaminy nie są produkowane skokowo, a w sposób ciągły (czyli jeśli chwile relaksu są słabo wykorzystywane przez rodzącą) – hamują produkcję oksytocyny i w efekcie endorfin. Czyli hormonalne koło porodowe się nie zamyka, co często jest przyczyną przedłużania/zahamowania akcji porodowej, a to może skutkować decyzją o ukończeniu porodu cięciem cesarskim.

Vagical®



Ból może być też wyrazem lęku przed rozdzieleniem z dzieckiem. Jest to emocjonalna nieodczyna chwila, wiążąca się z porodem – konieczność rozdzielenia się z maluszkiem. Co ciekawe, podejrzewamy, że wiele kobiet prawdopodobnie nigdy nie zdecydowałoby się na dobrowolne oddzielenie od dziecka.

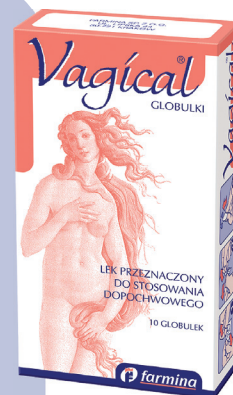
Niektóre z rodzących mam pragną cięcia cesarskiego, myśląc iż ból po tej operacji jest mniejszy niż przeżycie porodu naturalnego. Cięcie pozbawia dziecko doświadczenia przejścia drogi przez kanał rodny, jaką odbywa przy naturalnym porodzie. Nie zapominajmy, że podczas porodu naturalnego w każdej jego minucie wytwarza się tysiące połączeń nerwowych między komórkami nerwowymi, zwiększając potencjał mózgowy naszego potomka. Ta droga pozwala na adaptację do nowych warunków. Dziecko po raz pierwszy musi zrobić coś samodzielnie – URODZIĆ SIĘ. Co daje mu mocną odporność psychiczną na dalsze zderzenia z tym drugim, zewnętrznym światem. Szybciej się adaptuje do nowego życia, jest odporniejsze na stresy, a w życiu dorosłym jest bardziej skłonne do podejmowania odważnych, odpowiedzialnych decyzji i stanowisk.

BÓL JEST WAŻNY

Widzimy teraz, że ból porodowy jest tak naprawdę kluczowym elementem w porodzie naturalnym. Jest niezbędny dla poprawnego wyzwolania kolejnych wyrzutów hormonów porodowych. Jego wyeliminowanie prowadzi do poważnych komplikacji. Mądra praktyka położnicza powinna wkladać więcej wysiłku w naturalne metody łagodzenia bólu, a przez to - w rolę położnej podczas ciąży i porodu. Jest oczywiste, że naturalny poród (z towarzyszącym mu bólem), łatwiej przeżyć w spokojnym, intymnym miejscu, ze wsparciem i pod opieką mądrej i cierplivej położnej, która naprawdę ma czas na towarzyszenie w tym wydarzeniu. Przy wyrozumiałej, dobrze wyedukowanej osobie towarzyszącej i pod okiem cicho czuwającego personelu medycznego, poród stanie się wyjątkowym przeżyciem. W Domach Narodzin u naszych zachodnich sąsiadów położna siedzi cichutko w pokoju narodzin (nie sali porodowej), np. robiąc na drutach! Subtelnie obserwuje postępowanie porodu i zachowanie rodzącej, delikatnie podsuwając swoje wskazówki. Czyż nie tak powinien wyglądać poród? Dobrze jest też wiedzieć, że każda kobieta ma inny próg bólu. Nie spodziewajmy się, że poród to ogromny ból - jeśli jest to nasz pierwszy „sprawdzian bólowy”, to tak naprawdę nie wiemy, jaka jest nasza granica bólu. Groźno rodzących czeka na ciężki ból porodowy, a tu poród ma się ku końcowi i ze zdziwieniem stwierdzają: „To ja już urodziłam? Ale przecież mówili, że będzie strasznie bolało.” Miałam też pacjentkę, która niemalże przegapiła swój poród – w oczekiwaniu na „straszne bóle” – nie pojechała do szpitala, twierdząc, że „to jeszcze nie boli tak bardzo, więc pewnie to jeszcze nie poród”.

Iwona Gogol, mgr położnictwa

- ✓ Naturalny lek dopochwowy zawierający wyciąg z *Calendula officinalis* o działaniu przeciwzapalnym i bakteriobójczym; skuteczność i bezpieczeństwo potwierdzone badaniami klinicznymi
- ✓ Ze względu na gojące działanie nagietka lekarskiego wskazany jako leczenie wspomagające w nadżerkach, po zabiegach ginekologicznych i po radioterapii
- ✓ Działa w miejscu podania – brak interakcji z innymi lekami i antykoncepcją doustną; nie wpływa na fizjologiczną florę pochwy
- ✓ Pomocny dla kobiet w okresie menopauzy z zanikowym (atroficznym) zapaleniem pochwy
- ✓ Dogodne podłoże ułatwia aplikację, nie plami bielizny, zapewnia uwalnianie substancji czynnej już po paru minutach, preparat nie wymaga przechowywania w lodówce



Unikalny lek na łagodne dolegliwości dróg rodnych

Obejrzyj film na www.vagical.pl

Vagical – globulki, 10 sztuk. **Substancja czynna:** *Calendula officinalis* TM – 150 mg. **Wskazania:** stany zapalne dróg rodnych objawiające się upławami, swądkiem, pieczeniem, zaczerwienieniem okolicy warg sromowych. **Przeciwwskazania:** nadwrażliwość na składniki preparatu.

FARMINA SP. Z O.O. • UL. LIPSKA 44 • 30-721 KRAKÓW

Przed użyciem zapoznaj się z ulotką, która zawiera wskazania, przeciwwskazania, dane dotyczące działań niepożądanych i dawkowanie oraz informacje dotyczące stosowania produktu leczniczego, bądź skonsultuj się z lekarzem lub farmaceutą, gdyż każdy lek niewłaściwie stosowany zagraża Twojemu życiu lub zdrowiu.

Farmakologiczne sposoby na

ból porodowy

Poród naturalny bez bólu? Na ten temat zdania są podzielone. Część personelu medycznego to zwolennicy polityki naturalnej, utrzymujący, że bardziej zdrowo i bezpiecznie stosować jak najmniej ingerencji w doznania towarzyszące porodowi. A część poleca całą gamę możliwości zniesienia bólu, uważając, że kobieta powinna móc sama świadomie decydować o sobie.

Argumenty obu stron są na równi przekonujące. Z góry nie da się ocenić, która kobieta w jakim stopniu jest odporna na ból. Uważa się, że ból ma istotne znaczenie dla bezpiecznego przebycia porodu, ponieważ informuje kobietę o rozpoczynających się kolejnych etapach akcji porodowej.

Sposoby podawania znieczuleń i ich rodzaje:

DOŻYLNIE

Najbardziej znana jest droga dożylna. Tą drogą najczęściej podaje się Dolargan – narkotyk, który swoim działaniem blokuje odczuwanie bólu na poziomie mózgu.



Lek ten może spowodować, że kobieta poczuje się lepiej, będzie odczuwała nagły przypływ sił, może nawet będzie w stanie zdrzemnąć się między skurczami. Oczywiście jego stosowanie nie pozostaje bez wpływu negatywnego na kobietę, m.in. mogą to być: nudności, wymioty, zatrzymanie moczu, obniżenie ciśnienia tętniczego krwi, a także senność. Natomiast u noworodka może spowodować depresję oddechową, co stwarza konieczność podania tuż po porodzie odtrutki. Za taki rodzaj znieczulenia nie płaci się.

Niestety, nie w każdym szpitalu można dostać znieczulenie - lepiej wcześniej się dowiedzieć, czy jest taka możliwość.

DOKRĘGOSŁUPOWO

Kolejny, najbardziej rozpropagowany rodzaj znieczulenia porodowego to znieczulenie dokręgosłupowe. Anestezjolog umieszcza igłę w przestrzeni między kręgami i podaje środek znieczulający. Nakłucie to jest odczuwane jako pewien nacisk lub pchnięcie. Lek zaczyna działać po 10–15 minutach. Cewnik pozostaje w kręgosłupie, by można było podawać kolejne dawki specyfiku. Znieczulenie jest bardzo skuteczne. Do wad należy zaliczyć unieruchomienie rodzącej oraz słabe odczuwanie parcia prowadzące do wydłużenia akcji porodowej. Częściej też taki poród kończy się cięciem cesarskim. Najczęstszym powikłaniem jest spadek ciśnienia krwi u kobiety, który można szybko opanować za pomocą leków i zmiany pozycji. I jeszcze jedna, nurtująca pewnie wiele kobiet kwestia – czy moż-

na podczas wprowadzania cewnika uszkodzić rdzeń kręgowy? Nie, gdyż kończy się on o wiele wyżej niż miejsce wkłucia.

Znieczulenie podczas porodu można podzielić na farmakologiczne i niefarmakologiczne.

DROGA ODDECHOWA

Drogą oddechową można podać podtlenek azotu zwany gazem rozwesalającym. Gaz ten skutecznie zmniejsza ból i nie pozostawia po sobie skutków ubocznych ani u matki, ani u dziecka. Także w tej metodzie rodząca sama dawkuje sobie znieczulenie, wdychane poprzez specjalną „fajkę” lub maskę. Ważne jest, aby wdychać mieszankę na kilkanaście sekund przed spodziewanym skurczem, ponieważ jej działanie zaczyna się po około 15 sekundach.

PCA

Nowym, coraz to częściej stosowanym sposobem podania leku jest PCA (Patient-controlled analgesia), czyli znieczulenie kontrolowane przez pacjentkę. Rodząca poprzez wkłucie do żyły ma podłączoną pompę, którą reguluje przyciskiem podającym kolejną dawkę. Aby uniknąć przedawkowania, pompy wyposażone są w blokady uniemożliwiające podanie za dużej ilości leku. Metoda jest wygodna, bezpieczna i coraz częściej dostępna w szpitalach.

ZNIECZULENIE NERWU SROMOWEGO

Następuje poprzez ostrzyknięcie go środkiem znieczulającym, stosuje się je podczas bolesnego rozwie-

rania szyjki macicy, kiedy istnieją przeciwwskazania do innych znieczuleń, do znieczulenia pochwy, gdy zachodzi konieczność użycia kleszczy podczas porodu oraz podczas szycia krocza.

Znieczulenie to nie znosi bólu pochodzącego ze skurczy macicy – są one przesyłane za pośrednictwem innych nerwów. Nie powoduje też rozluźnienia macicy. Skutkiem ubocznym mogą być zaburzenia rytmu serca u dziecka.

ZNIECZULAJĄCY ŻEL POŁOŻNICZY

Żel ten tworzy warstwę poślizgową na ścianach pochwy, dzięki czemu zmniejsza tarcie, chroniąc dno miednicy, pochwę i krocze. Skracza czas porodu o około 30%. Nie zawiera żadnych ogólnie działających substancji i nie jest w ogóle wchłaniany przez organizm. Każdy może go kupić bez recepty.

Iwona Gogol, mgr położnictwa



UŁATWI PORÓD

Żel położniczy Natalis tworzy warstwę poślizgową w kanale rodnym. Ułatwia przebieg i skraca czas trwania porodu, a także ochrania płód oraz pochwę, dno miednicy i narządy rodne matki. Po nałożeniu żel tworzy warstwę poślizgową na ściankach kanału rodnego. Działanie produktu jest wyłącznie fizyczne, nie zawiera on żadnych substancji czynnych ani składników hormonalnych.

NATALIS, żel położniczy, **AVRIX PHARMA**
prenatalis-polska.pl

medela
wypożyczlaktator.pl

wypożyczlaktator.pl



szkolarodzenianamedal.pl

Wyprawka Noworodka.pl

wyprawkanoworodka.pl



**KRYSTAL
ZŁOTA**

Spinka do włosów XXL.
12,99 zł, Ecarla,
ecarla.pl

*Stawiamy na zamsz!
To trend nr 1!*



Czarne zamszowe szpilki,
499 zł, Eva Minge, eobuwie.pl



Różowe zamszowe sandały,
279 zł, Karino, eobuwie.pl



Czerwone zamszowe sandały
na słupku P33, 219 zł, Neścior,
nescior.com



Zamszowe stylowe baleriny,
419 zł, Eva Minge, eobuwie.pl



Suknia balowa High low maxi dress,
350,10 zł, Zalando,
zalando.pl



Natalie red dress. Koronkowa sukienka,
która pokocha każda mama.
Zaprojektowana tak, by podkreśliła atuty
każdej sylwetki - długość przed kolano
optycznie wyszczupla nogi.
259 zł, Happy Mum, happymum.pl



Wisiorok
w kształcie litery
Y Swarovski
Symbolic.
429 zł, Swarovski,
swarovski.com



Sukienka Ynes maxi
pudrowy róż.
299 zł, Monika Świdarska,
monikaswidarska.pl



Bransoleta Geometry
Kryształki
39,99 zł, Ecarla,
ecarla.pl

*Czas karnawału to okres
zabaw, balów i wielkich wyjść.
Co na siebie włożysz?*

**Karnawałowy
SZYK**



Spódnica Maya
groszki czarna,
359 zł,
Monika Świdarska,
monikaswidarska.pl

Suknia balowa
Contrast gathered
maxi dress
with waistband,
339 zł, Zalando,
zalando.pl



Lionella dress. Połączenie cetek z koronką to
hit tej jesieni! Dzięki niemu sukienka Lionella
jest kobieca, romantyczna, a jednocześnie
supermodna. 219 zł, Happy Mum,
happymum.pl



690 zł, MIA My Image Art, my-image-art.com

Sukienka 4507. Dla odważnych kobiet propozycja sukienki ciążowej w intensywnym kolorze. 122 zł branco.pl/sklep



Niewielka torebka z czernego polipropylenu, 150 zł, JUCHA, pakamera.pl



Spódnica Milano Gold, 450 zł, Moove, moove.pl

Torebka czarna nerka na ramie, węzowa zielen, 69,99 zł, Ecarla, ecarla.pl



Lucia. Piękna sukienka dla kobiet w ciąży. Prosty krój uatrakcyjniam falbaniaste rękawy oraz pasek. 139 zł, Bebefield, bebefield.pl

REKLAMA

happymum

Zapraszamy do naszych butików:

Gdańsk
ul. Myśliwska 61

Kraków
Bonarka

Łódź
Manufaktura

Olsztyn
ul. Martyniaka 25

Poznań
CH Malta

Warszawa
Wola Park

Wrocław
Arkady Wrocawskie



Znajdziesz nas również:

Rzeszów - Limone

Bydgoszcz - Bobomam

Białystok - Ciuszek na Brzuszek

Sklep online:
www.happymum.pl



Kryzysowy pomocnik

Laktator

Dla niejednej mamy laktator jest to jeden z najbardziej potrzebnych sprzętów, który może nie tylko przynieść ulgę w czasie nawalu czy zastoju pokarmu, ale też przyda się, gdy będziesz potrzebowała wyjść z domu na dłużej bez dziecka.



CHROMA STOCK

Pomoże ci też pobudzić laktację, jeśli wasz maluszek będzie miał problemy z prawidłowym ssaniem. Aby uniknąć nerwowego przeszukiwania sklepowych półek, warto już dziś dowiedzieć się, na co zwracać uwagę przy wyborze laktatora.

CZĘŚCI ZAMIENNE

Przed zakupem warto sprawdzić, czy w sklepach dostępne są części zamienne, które z czasem mogą się zużyć, np. osłonki, zaworki. Ich łatwa dostępność warunkuje bezproblemowe korzystanie z laktatora. Zorientuj się też, gdzie

i w jakich cenach można je szybko dokupić. Renomowani producenci niekiedy dołączają do swych produktów zapasowe części, co jest niewątpliwą ich zaletą.

POJEMNIK NA POKARM

Niektóre z laktatorów dostępnych na rynku można połączyć z pojemnikiem na pokarm, w którym będzie się go potem przechowywać. Warto zastanowić się też nad modelem, do którego pasować będzie butelka (najlepiej tego samego producenta) – to rozwiązanie niezwykle praktyczne, pozwala

uniknąć ciągłego przelewania odciągniętego pokarmu. W takim wypadku osoba, która zostaje z maluszkiem pod nieobecność mamy, musi jedynie nałożyć smoczek na butelkę i podać bobasowi.

SPOSÓB CZYSZCZENIA

W przypadku laktatora to niezwykle ważna kwestia, ponieważ niezachowanie czystości i higieny może przyczynić się do rozwoju niebezpiecznych bakterii, które z laktatora bez trudu mogą przedostać się do odciągniętego pokarmu. Wszystkie części urządzenia, które mają styczność z mlekiem, powinny być



KOMFORTOWY I WYDAJNY

Jest skuteczny, gdyż dopasowana siła ssania pozwala szybko i wydajnie ściągnąć pokarm.

Laktator elektryczny SENSI, **BABYONO**
babyono.com



DLA AKTYWNYCH MAM

Pozwoli dobrać tempo i intensywność zbierania mleka do indywidualnych potrzeb. Na uwagę zasługuje możliwość odciągania pokarmu z jednej lub dwóch piersi jednocześnie.

Laktator elektryczny Twee, 249 zł,
LIONELO, lionelo.com



WZORNICTWO I NATURA

Technologia 2-fazowego odciągania pokarmu oparta na naturalnym rytmie ssania dziecka.

Laktator elektryczny SWING, 600 zł,
MEDELA, medela.pl

MALTAN®

łatwe do demontażu, wystarczająco duże, by bez problemu je umyć szczoteczką. Powinny też być odporne na działanie wysokich temperatur, bo bezwzględnie trzeba je wyparzać we wrzątku lub sterylizować w urządzeniach do tego przeznaczonych.

WAGA

Ciężar laktatora w znaczny sposób wpływa na łatwość jego obsługi. Model, który dużo waży, nawet jeśli jest najbardziej zaawansowany technologicznie, będzie bardzo nieporęczny, niepraktyczny. Dobre urządzenie powinno być na tyle lekkie, by można je bez problemu obsługiwać jedną ręką.

PRZEMYŚL ZAKUP

Najlepiej byłoby kupić laktator jeszcze przed rozwiązaniem. Jednak może być to spory wydatek (szczególnie jeśli myślisz o laktatorze elektrycznym), który niekoniecznie może się przydać mamie. Nie każda bowiem skazana jest na problemy laktacyjne, niektóre kobiety z pomocą doradcy laktacyjnego potrafią ręcznie odciągnąć pokarm, np. w razie nawału.

Przed porodem trudno jest też dobrać odpowiednie urządzenie – nie wiadomo, w jakich sytuacjach będzie ono wykorzystywane i jakie cechy powinno mieć.

NIE ZWLEKAJ Z WYBOREM

Z drugiej strony brak laktatora w sytuacji kryzysowej (np. w razie nawału czy zastoju) może okazać się dużym problemem dla cierpiącej, niewprawionej mamy. Nerwowe, pochopne zakupy mogą okazać się nietrafioną inwestycją, a nabyty w ten sposób laktator – bezużytecznym gadżetem. Sprawdź dostępność i lokalizację. Dobrze jest przed porodem przeanalizować modele dostępne na rynku i sklepy/apteki w najbliższej okolicy, by w razie potrzeby bez trudu kupić jeden z wcześniej wybranych.

ZAPYTAJ SPECJALISTĘ

W wyborze może pomóc doradca laktacyjny lub wypróbowanie laktatorów dostępnych na oddziale położniczym, na którym mama będzie przebywać z maluszkiem po porodzie.



POBUDZA I WSPOMAGA

Lekki i cichy. Ma silikonową nakadkę, masażer piersi oraz adapter do szerokich butelek.

Wyrób medyczny.

Laktator ręczny Lakta MILA, ok. 38,80 zł,

SIMED, simed.pl

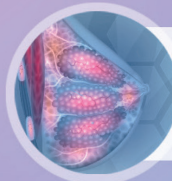
Maść do pielęgnacji brodawek sutkowych w okresie ciąży i karmienia piersią



pielęgnacja brodawek sutkowych przed porodem oraz w okresie karmienia piersią



pęknięcia skóry brodawek sutkowych



profilaktyka zapalenia gruczołu sutkowego



od 15 lat
na rynku

www.karmieniepiersia.com

Dystrybutor: MIRALEX Sp. z o.o., www.miralex.pl

Powrót ze szpitala do domu

Właśnie urodziło się twoje upragnione dziecko! Po trudach ciąży i porodu jesteście w domu. Sprawdź, w co warto się zaopatrzyć!



CHROMA STOCK



Sopelek 3+, polski odciągacz kataru. Szybko i skutecznie usuwa wydzielinę z nosków, dzięki czemu zapobiega infekcjom w górnych i dolnych drogach oddechowych lub ogranicza je. Aspirator vacuum z opcją podłączenia do odkurzacza oraz odciągania za pomocą ust. Jedyny polski aspirator rekomendowany przez Polskie Towarzystwo Pediatryczne. Od pierwszych dni życia.
Ok. 27 zł, SALUS INTERNATIONAL, sopelek.info.pl



StickOff®. Spray, który zaburza połączenie między opatrunkiem a skórą, dzięki temu umożliwia bezbolesne usuwanie opatrunków samoprzylepnych. Nie wywołuje podrażnień i nie przenika przez naskórek, bezpieczny dla skóry wrażliwej. Przeznaczony do stosowania u niemowląt, dzieci i dorosłych, w tym kobiet w ciąży.
Ok. 29 zł, SMARTPHARMA, smartpharma.com.pl



Pedicetamol®. Paracetamol 100 mg/ml roztwór doustny 30 ml. Stan podgorączkowy i gorączka u dzieci mogą mieć wiele przyczyn i nie wszystkie z nich oznaczają zagrożenie zdrowia dziecka, dlatego należy uważnie obserwować pociechę i warto mieć pod ręką paracetamol, aby w razie potrzeby jak najszybciej zareagować. Pedicetamol® nie jest wrażliwy na temperaturę przechowywania.
POLSKI LEK – DYSTRYBUCJA SPÓŁKA Z O.O., pedicetamol.pl



Krem z czarnuszką „NIGELUM”. Wyrób medyczny na AZS. Polecany do łagodzenia objawów atopowego zapalenia skóry: zaczerwienienia, swędzą, przesuszenia oraz łagodzenia reakcji alergicznych (w tym podrażnień słonecznych). Bez sterydów.
Od 1. roku życia.
PROLAB, prolabnako.pl

Przeciwwskazania: nadwrażliwość na paracetamol, substancje pomocnicze azorubinę lub inną wymienioną w składzie produktu. Przed użyciem zapoznaj się z ulotką, która zawiera wskazania, przeciwwskazania, dane dotyczące działań niepożądanych i dawkowanie oraz informacje dotyczące stosowania produktu leczniczego, bądź skonsultuj się z lekarzem lub farmaceutą, gdyż każdy lek niewłaściwie stosowany zagraża twojemu życiu lub zdrowiu.



Kubetek do mycia głowy. Ma miękką, elastyczną krawędź, która tworzy wokół czoła barierę – dzięki niej woda nie sływa po buzi.
SAVEA, sklep.abakusbaby.pl



Przewijak Sensillo Animals. Cechuje się wysoką jakością wykonania i nieszablonywym wyglądem. Przewijak można zamontować na komodzie lub łóżeczku o szerokości do 60 cm. Ok. 40 zł, SENSILLO, sensillo.pl



Wanienka z przewijakiem Cuddle & Bubble. Wszczęstronny mebel dla wygodymamy i taty: przewijak, wanienka kąpielowa i komoda do przechowywania. 499 zł, CHICCO, chicco.pl



Kieszonka „Biedronki”. Kieszonki to pieluszki mające otwór, w którym umieszcza się wkład chłonny. Z zewnątrz uszyte zostały z paroprzepuszczalnej oraz wodoodpornej tkaniny PUL. BILLOU, purlababy.pl



Poducha do karmienia dla mamy i dziecka. Miękką i ergonomiczną poduchą, certyfikowaną przez TÜV Nord. Naturalna polska bawełna spełnia wymogi Öko-TEX Standard. Odciąża lędźwie podczas snu matki oraz ramiona podczas karmienia, a dzięki zapięciu tworzy bezpieczną podpórę dla Maluszka. 94,90 zł, baBice®, buckibabice.pl

WYPRAWKA DLA NOWORODKA



POŁOŻNA ZALECA

sprawdź czy o czymś nie zapomniałaś

PRZYBORY:

- miękka szczoteczka do włosów,
- małe nożyczki do paznokci z zaokrąglonymi końcami,
- odciągacz kataru SOPELEK3+,
- termometr,
- ręcznik kąpielowy,
- pieluszki jednorazowe lub wielorazowe, pieluszki tetrowe parę sztuk,

KOSMETYKI:

- delikatny płyn do mycia ciała,
- krem ochronny pod pieluszkę,
- nawilżane chusteczki pielęgnacyjne,

- roztwór soli fizjologicznej,
- płatki kosmetyczne.
- płyn lub proszek przeznaczony do prania ubranek i pościeli dla niemowląt.

UBRANKA:

- body, kaftaniki, czapeczki, skarpetki,

POZOSTAŁE:

- wózek, bezpieczny fotelik samochodowy,
- rożek nie usztywniany,
- poduszka rogal do karmienia,
- łóżeczko, kołderka i bawełniana pościel, kocyk,
- mata do przewijania, podkłady higieniczne,
- wanienska.



Opracowano we współpracy z Zespołem ds. Położnych przy Okręgowej Izbie Pielęgniarek i Położnych w Katowicach



KOCHANIE ZRÓB ZAKUPY...

odciągacz kataru Sopelek3+

Kiedy swędzi...

Skóra malucha jest wyjątkowo delikatna

Skóra małego dziecka jest wyjątkowo delikatna i podatna na działanie wszelkich czynników. Często może ulegać podrażnieniom, przesuszeniu, co nierzadko prowadzi do nieprzyjemnego swędzenia. Jak więc temu zapobiegać lub łagodzić przykre skutki?

Zazwyczaj swędzenie spowodowane jest zbyt dużym przesuszeniem skóry malucha, ale nie tylko. Niedostateczne jej nawilżenie czy wystawienie na działanie czynników drażniących powoduje obniżenie bariery ochronnej naskórka, co potęguje nieprzyjemne odczucia i sprzyja drapaniu się bobasa. To z kolei tylko zaostrza objawy. Jak więc im zapobiegać?

Każdy niepokojący objaw, jak wysypka, nadmierne przesuszenie, drapanie się dziecka, zawsze konsultuj z lekarzem pediatrą. Objawy te mogą sygnalizować wiele niebezpiecznych chorób, które specjalista powinien wykluczyć lub, w przypadku zdiagnozowania schorzenia, wdrożyć odpowiednie leczenie.

Częstą przyczyną świądu i podrażnień jest atopowe zapalenie skóry (AZS). Jeżeli u twojego dziecka zostało ono zdiagnozowane, porozmawiaj ze swoim lekarzem prowadzącym o działaniach, jakie będziecie musieli podjąć, by ograniczyć przykre dla malucha objawy.

Jeżeli twoje dziecko jest alergikiem, wyeliminuj lub ogranicz jego ekspozycję na szkodzące mu alergen (najczęściej alergię skórne wywołują pyłki roślin czy roztocza kurzu, ale również niektóre składniki diety). W okresie pylenia staraj się unikać wychodzenia na zewnątrz, w domu dbaj o czystość, regularnie odkurzaj mieszkanie, zmieniaj dziecięcą pościel, wyeliminuj z diety dziecka produkty, które mogą wywoływać reakcję alergiczną. Z powodzeniem zastąpisz je innymi, równie wartościowymi składnikami.

W okresie letnim skóra malucha, wystawiana na działanie promieni słonecznych, również może ulegać przesuszeniu. Pilnuj więc, by twoje dziecko nie przebywało na słońcu w godzinach 10–15, kiedy szkodliwe działanie promieni jest największe. Pamiętaj też o regularnym stosowaniu preparatów z filtrem UV.

Okres wakacyjny sprzyja plenerowym wyprawom, podczas których maluch narażony jest na ukąszenia owadów. Zapobiegaj im, stosując środki odstraszające komary, kleszcze itp., a jeśli już dojdzie do ukąszenia, obolałe i swędzące miejsce smaruj specjalnymi, łagodzącymi preparatami.



NA RATUNEK SKÓRZE

Dermatologiczny wyrób medyczny. Krem wskazany dla osób chorych na łuszczycę, egzemę i atopowe zapalenie skóry. Mediderm®, ok. 15 zł, **FARMINA SP. Z O.O.** farmina.pl

Mediderm®

BABY

Dbaj o higienę intymną maluszka, aby nie dopuścić do podrażnień tej strefy, w szczególności do pieluszkowego zapalenia skóry. Stosuj odpowiednie, łagodzące preparaty, często zmieniaj pieluszkę i dbaj o częste „wietrzenie” pupy maluszka.

Świąd skóry może również wystąpić w wyniku szczepienia, w miejscu ukłucia, zdarza się to czasami w kilka minut lub godzin po zabiegu. Dobrze jest mieć w domowej apteczce środki łagodzące i kojące. O właściwe, dostosowane do skóry i wieku dziecka kosmetyki czy kremy zapytaj lekarza pediatrę lub farmaceutę.

Odpowiednia pielęgnacja skóry dziecka pozwoli zapobiec wielu nieprzyjemnym, nierzadko niebezpiecznym skutkom. Warto więc dołożyć wszelkich starań, by ją chronić.

Konsultacja: **Grzegorz Wasażnik**, pediatra z Centrum Medycyny Dziecięcej MEDINTEL w Warszawie, medintel.com.pl



REGENERUJĄCA

Maść ochronna z witaminą A przeznaczona do pielęgnacji podrażnionej i przesuszonej skóry. Wpływa regenerująco na warstwę rogową naskórka. Działa kojąco na szorstką, piekącą skórę, jest pomocna w pielęgnacji popekanych kącików ust.

Retimax 1500, 5 zł/30 g. **FARMINA SP. Z O.O.**
farmina.pl

NA BÓL I GORĄCZKĘ U NIEMOWLĄT

Bardzo popularny lek przeciwbólowy i przeciwgorączkowy w formie czopków stosowany u niemowląt. Ze względu na wysoki stopień bezpieczeństwa polecany przez Światową Organizację Zdrowia – WHO. Forma podania doodbytniczego nie wywołuje podrażnienia przewodu pokarmowego. Paracetamol Farmina 50 mg, czopki dla niemowląt. 6,70 zł/50 mg, **FARMINA SP. Z O.O.**, farmina.pl



Przed użyciem zapoznaj się z treścią ulotki dołączonej do opakowania bądź skonsultuj się z lekarzem lub farmaceutą, gdyż każdy lek niewłaściwie stosowany zagraża twojemu życiu lub zdrowiu.



- OLEJEK DO KĄPIELI
- KREM PIELĘGNACYJNY
- KREM NA ODPARZENIA PIELUSZKOWE
- OLEJEK NA CIEMIENIUCHĘ

GWARANCJA
DELIKATNOŚCI



nowość

• **Mediderm BABY olejek do kąpieli** delikatnie oczyszcza i nawilża skórę nie wywołując podrażnień. Zaspokaja potrzeby delikatnej skóry Twojego maleństwa, tworząc na powierzchni powłokę chroniącą przed utratą wody. Wskazany do codziennej pielęgnacji delikatnej skóry niemowląt, która wymaga szczególnej troski. Odpowiedni również dla skóry podrażnionej i atopowej.

Składniki: Paraffinum Liquidum, Isopropyl Myristate, Prunus Amygdalus Dulcis (Sweet Almond) Oil, Laureth-4, PEG-40 Sorbitan Perisostearate, Tocopheryl Acetate (Vitamin E).

• **Mediderm BABY krem pielęgnacyjny** jednocześnie nawilża, natłuszcza i chroni skórę niemowlęcia. Szybko się wchłania nie pozostawiając lepkiej warstwy. Może być stosowany na całe ciało. Wskazany do codziennej pielęgnacji delikatnej skóry niemowląt, która wymaga szczególnej troski. Odpowiedni również dla skóry podrażnionej i atopowej.

Składniki: Aqua Purificata, Petrolatum, Cetearyl Alcohol, Ceteareth-20, Paraffinum Liquidum, Phenethyl Alcohol, Caprylyl Glycol.

• **Mediderm BABY krem na odparzenia pieluszkowe** wskazany w odparzeniach i w pieluszkowym zapaleniu skóry. Działa ochronnie, ściągająco i regenerująco. Tworzy na skórze delikatny film, który zabezpiecza ją przed wilgocią, podrażnieniami i przynosi ulgę w pieluszkowym zapaleniu skóry.

Składniki: Aqua Purificata, Paraffinum Liquidum, Zinc Oxide, Glycerin, Paraffin, Lanolin, Polyglyceryl-3 Polyrinoleate, Cera Alba, Tocopheryl Acetate, Magnesium Sulfate, Magnesium Stearate, Caprylyl Glycol, Phenethyl Alcohol, Lactic Acid.

• **Mediderm BABY olejek na ciemieniuchę** wskazany do pielęgnacji delikatnej skóry niemowląt i dzieci, u których rozwinęła się ciemieniucha. Dzięki zawartości naturalnych składników olejek nawilża, natłuszcza i odżywia delikatną, wrażliwą skórę głowy dziecka, dzięki czemu ułatwia odwarstwianie się i usuwanie łusek.

Składniki: Prunus Amygdalus Dulcis Oil, Helianthus Annuus Seed Oil, Squalane, Tocopheryl Acetate.

Znajdź nas na [facebook.com/MedidermBaby](https://www.facebook.com/MedidermBaby)

www.medidermbaby.pl



Pierwsze ząbki

Złe samopoczucie, problemy ze snem, brak apetytu, a czasem nawet gorączka – to typowe dolegliwości przy ząbkowaniu. Wyrzynające się mleczeni bywają dla malca bardzo dokuczliwe. Co zrobić, aby przynieść dziecku ulgę? W jaki sposób dbać o zęby gdy, już się pojawią? Podpowiada lek. dent. Adrianna Głogowska, stomatolog ze Stomatologii PRO-FAMILIA.

DOBRA MAMA: Ząbkowanie to temat, który dla świeżo upieczonych rodziców okazuje się nie lada wyzwaniem! Kiedy pojawiają się pierwsze zęby?

Adrianna Głogowska: To indywidualna kwestia każdego dziecka. Pierwsze dwa siekacze żuchwy najczęściej pojawiają się między 5 a 8 miesiącem życia. Kolejno wyrzynają się górne jedyki w 7 miesiącu, potem dolne i górne dwójki w przedziale od 8 do 12 miesiąca, dolne pierwsze trzonowe i górne pierwsze trzonowe w okresie od 12 do 16 miesiąca i dolne i górne kły – od 15 do 24 miesiąca. Ostatnimi zębami mlecznymi, które się wyrzynają, są piątki, które zwykle pojawiają się między 20 a 30 miesiącem życia. Jednak warto pamiętać o tym, że pierwsze ząbki mogą pojawić się już przed 5 miesiącem i wtedy mówimy o wczesnym ząbkowaniu. Albo znacznie później – w 12 miesiącu życia lub nawet po nim. Warto wiedzieć, że zmienność wyrzynania plus minus sześć miesięcy mieści się w granicach normy.

DM: Co świadczy o rozpoczęciu ząbkowania?

A.G.: Zwykle początki ząbkowania zaczynają się od produkcji nadmiernej ilości śliny i ten

etap, aż ostatecznie pojawi się ząb, może trwać nawet kilka miesięcy. Wiele dzieci wkłada też do buzi paluszki, a także wszystko, co znajduje się w zasięgu ręki. Kolejnym objawem są zaczerwienione i opuchnięte dziąsła. Często przy tym bardzo swędzą, dlatego maluch odczuwa tak silną potrzebę wkładania rączek lub zabawek do buzi. Przy ząbkowaniu mogą również występować problemy ze snaniem – częste pobudki w nocy, krótkie drzemki w dzień, wczesne wybudzanie się. Zdarza się, że pojawia się krótkotrwała gorączka (do 38°C). Jednak w tym przypadku jej przyczyną może być rozwijająca się infekcja, dlatego trzeba malucha obserwować. Nie możemy zapomnieć o grupie szczęśliwców – to maluchy, u których ząbkowanie przebiega bezobjawowo, a pierwszego mleczenka rodzice odkrywają przypadkowo. Jak powiedziałam na początku, każde dziecko jest inne. Każde na swój sposób przejdzie przez ten etap rozwoju.

DM: Jak możemy ulżyć maluchowi?

A.G.: Kiedy dziecko zaczyna marudzić, spróbujmy podać mu gryzak. Wcześniej napełnijmy go wodą i na kilkana-

ście minut włóżmy do lodówki – zimna powierzchnia ukoji nabrzmiałe dziąsła i zmniejszy ból. Podobnie zadziała schłodzony smoczek. Pamiętajmy jednak o tym, aby gryzaków nie wkładać do zamrażalnika. Zbyt schłodzone mogą uszkodzić wrażliwą śluzówkę jamy ustnej lub doprowadzić do odmrożenia. Jeśli maluch nie stawia oporu, warto spróbować masażu dziąseł włożonym do buzi palcem, na który natożymy specjalną nakładkę z wypustkami. Ukojenie może przynieść też delikatny masaż buzi dziecka, szczególnie policzków, wykonany okrężnymi ruchami. Dzięki temu rozluźnią się mięśnie twarzy, a maluch poczuje się komfortowo i bezpiecznie, co pozwoli mu przynajmniej na jakiś czas zapomnieć o bólu. Bardzo pomocne są też żele łagodzące dostępne w aptece bez recepty. W wielu przypadkach skuteczne okazują się herbatki z melisy lub rumianku – bez cukru. Zadziałają nie tylko uspokajająco, lecz także łagodząco. Możemy nasączyć nimi wacik i delikatnie przemywać bolące miejsca. Jeżeli jednak maluch nie radzi sobie z bólem, konieczna będzie wizyta u pediatry, który zaleci stosowanie bezpiecznych leków

przeciwbólowych. Ale ważne jest, aby stosować je zgodnie z informacjami podanymi w receptce.

DM: Kiedy zacząć higienę jamy ustnej u naszej pociechy?

A.G.: Odpowiedź jest bardzo prosta – jeszcze zanim pojawią się pierwsze zęby. Masaż dziąseł i czyszczenie ust można rozpocząć już w trakcie pierwszych dni życia. Najlepiej czynność powtarzać kilka razy w ciągu dnia, szczególnie wieczorem. Wystarczy wokół palca wskazującego owinać mały gazik lub kawałek miękkiej pieluszki, lekko zwilżyć w przegotowanej wodzie i masować dziąsła. W ten sposób zapobiegniemy rozwojowi bakterii i stopniowo będziemy przyzwyczajając dziecko do zabiegów w ustach.

DM: A gdy pojawi się pierwszy ząb, powinna pojawić się też szczoteczka?

A.G.: Bez oporów rodzice mogą rozpocząć jego szczotkowanie. Bardzo przydatne są specjalne jednorazowe gaziki nasączone ksylitolem (wykazującym działanie przeciwpłódnicze), nakładane na palec. Pomocna może okazać się też masująca rękawiczka, wykonana z miękkiej tkaniny frotte, która świetnie czyści i masuje dziąsła. Sprawdzi się też silikonowa szczoteczka nakładana na palec, która pozwala masować i czyścić dziąsła oraz pierwsze ząbki. Możliwości jest sporo.

DM: Jak powinna wyglądać pierwsza szczoteczka?

A.G.: Włókno powinny być przede wszystkim miękkie, a mycie zębów początkowo powinno odbywać się bez pasty. Wystarczy przegotowana woda. Warto wiedzieć, że pierwsza pasta dla dzieci nie powinna zawierać fluoru. Tę z jego zawartością podajemy maluchowi dopiero gdy umie samodzielnie wypłukać powstałą podczas szczotkowania pianę.

Rozmawiała: **Dominika Czapkowska**

DLA ZDROWYCH ZĄBKÓW

Pasta do nauki pielęgnacji ząbków oraz silikonowa szczoteczka do zębów. Nenedent Baby, ok. 18 zł,

MIRALEX
chetniemyjemyzabki.pl



Z FLUOREM I BEZ

Nenedent bez fluoru do 4 lat:

tuba 50 ml – 11 zł,

Nenedent z fluorem od 4 lat:

tuba 50 ml – 9 zł, **MIRALEX**

chetniemyjemyzabki.pl



Ząbkowanie bez bólu



Dentinox® N

Żel do stosowania na dziąsła zawiera:

2 składniki przeciwbólowe

działające miejscowo, w stężeniu odpowiednim dla dzieci

wyciąg z rumianku

działający przeciwzapalnie oraz wspomagający gojenie się ran

ksylitol

hamujący powstawanie próchnicy

Dentinox® N nie zawiera cukru



znajdź nas na facebooku:

www.facebook.com/Zabkowanie.bez.bolu

www.zabkowaniebezbolu.pl

Dentinox N (Chamomillae tinctura + Lidocainae hydrochloridum + Macrogoli aether laurilicum) (15% + 0,34% + 0,32%) żel do stosowania na dziąsła. **Wskazania:** Produkt leczniczy tradycyjnie stosowany w łagodzeniu dolegliwości związanych z bolesnym wyrzynaniem się zębów mlecznych (podrażnienia dziąseł i dolegliwości bólowe). W przypadku pojawienia się silniejszego zaczerwienienia lub obrzęku dziąseł oraz w razie wystąpienia reakcji nadwrażliwości na skórze lub błonach śluzowych należy skontaktować się z lekarzem. To samo odnosi się do wystąpienia wtórnych dolegliwości towarzyszących. **Przedwskazania:** Nadwrażliwość na substancje czynne lub na którąkolwiek substancję pomocniczą. Nietolerancja rumianku lub innych roślin z rodziny Asteraceae, lidokainy lub podobnych środków miejscowo znieczulających (typu amidowego). Reakcje nadwrażliwości na rumianek (np. kontaktowe zapalenie skóry) są bardzo rzadkie. Reakcja krzyżowa może wystąpić u ludzi uczulonych na rośliny z rodziny Asteraceae (np. bylica). Ze względu na zawartość sorbitolu, lek nie powinien być używany przez pacjentów cierpiących na rzadką wrodzoną nietolerancję fruktozy. Produkt leczniczy Dentinox N nie powinien być stosowany u niemowląt poniżej 3 miesiąca życia. **Podmiot odpowiedzialny:** Dentinox Gesellschaft für pharmazeutische Präparate Lenk & Schuppen KG * Sprzedaż wg KAMSOFI styczeń - grudzień 2015 r.

Przed użyciem zapoznaj się z ulotką, która zawiera wskazania, przeciwwskazania, dane dotyczące działań niepożądanych i dawkowanie oraz informacje dotyczące stosowania produktu leczniczego, bądź skonsultuj się z lekarzem lub farmaceutą, gdyż każdy lek niewłaściwie stosowany zagraża Twojemu życiu i zdrowiu.

Tradycyjny produkt leczniczy roślinny z określonymi wskazaniami wynikającymi wyłącznie z długotrwałego stosowania.



Jak wybrać

POŚCIELE?

Zakup odpowiedniej pościeli i materacyka dla maluszka jest równie ważny, jak wybór łóżeczka. Na jakie parametry warto więc zwrócić szczególną uwagę?

TKANINA

Nie ma wątpliwości, że najlepszym i najzdrowszym pościelowym materiałem dla maluszka jest bawełna. Niealergizująca i oddychająca, zapobiegnie również nadmiernemu poceniu się dziecka, zapewniając odpowiednią termoregulację. By dziecko czuło się komfortowo, pościel powinna być lekka, miękka w dotyku i na tyle ciepła, by ogrzać, ale nie przegrzać maluszka.

STARANNE, BEZPIECZNE WYKOŃCZENIE

Poszewki na poduszkę i kołderkę nie mogą mieć grubych szwów, guzików, wystających elementów, które mogłyby uwierać maluszka. Warto zwrócić też uwagę na jakość wykończenia, solidnie szwy itp.

WAŻNY MATERACYK

Materacyk dla niemowlaka nie może być zbyt twardy ani zapadający się pod wpływem ciężaru małego ciała. W odróżnieniu od modeli przystosowanych dla dorosłych, nie powinien on się dostosowywać do krzywizn małego kręgosłupa, ponieważ w pierwszych latach życia dziecka krzywizny te dopiero się kształtują. Dobrej jakości materac powinien też mieć odpowiednie certyfikaty (najlepiej „OekoTex® Standard-100”) – potwierdzają one jakość danego modelu i gwarantują, że surowce, z których jest wykonany, są bezpieczne dla maluszka. Warto też wybrać model, którego pokrowiec można łatwo zdjąć i wyprać. Do rozmia-

ru materacyka warto dopasować prześcieradełko – najlepsze, bo najłatwiejsze w użytkowaniu będzie prześcieradełko na gumce. Nie będzie się zwijać, miąć czy rolować.

KOLORYSTYKA

Bogata oferta rynkowa daje nieograniczone pole w zakresie wyboru barw maluszkowej pościeli. Można znaleźć modele właściwie w każdej, dowolnej kolorystyce – począwszy od bieli, subtelnych pastelów, przez bardziej wyraziste barwy, na mocnych, żywych kolorach kończąc. Modne są nie tylko motywy z popularnych bajek i kreskówek, ale też skandynawskie wzory. Warto zdawać sobie sprawę, że dobra pościel nie będzie też się szybko spierać – tracić kolorów w trakcie prania.

POŚCIELOWE ELEMENTY UZUPEŁNIAJĄCE

Dobrze dobrane pościelowe elementy są podstawą wyprawki, jaką rodzice muszą skompletować. Co powinno się w niej znaleźć oprócz poszewek i prześcieradełek i jakie są funkcje poszczególnych części?

Różek

To jeden z pierwszych produktów, o jakich powinni pomyśleć przyszli rodzice. Polecają go mamy, dowodząc, że nie tylko pozwala dokładnie okryć maluszka, zapewniając mu ciepło, ale też umożliwia ciasne otulenie bobasa – odtworzenie mu cho-

ciaż w części atmosfery, w jakiej rozwijał się przez 9 miesięcy. Dzięki temu dziecko czuje się bezpieczne i jest spokojniejsze. Różek pozwala też swobodnie nosić noworodka, szczególnie pomocny jest niewprawionym w sztuce noszenia rodzicom. W kolejnych miesiącach życia dziecka różek może z powodzeniem pełnić funkcje maty lub kołderki.

Ochraniacz

Zamocowany do szczebelków łóżeczka ochroni maluszka przed przypadkowymi uderzeniami główki, co więcej – stanowi też zabezpieczenie przed przeciągami. Może też pełnić inne, praktyczne funkcje – niektóre modele wyposażone są w poręczne kieszonki, w których można chować pluszaki i niewielkie zabawki. Niektóre mamy z powodzeniem wykorzystują je jako miejsce na pieluszkę, by mieć ją zawsze pod ręką. Nie bez znaczenia pozostaje dekoracyjny charakter ochraniacza – wykonany z dobrej jakości materiałów, w ciekawej kolorystyce i pięknych deseniach stanie się dodatkową ozdobą małego królestwa.

Śpiworek

Doceniają go przede wszystkim rodzice maluchów, które w trakcie snu się rozkopują. Śpiworek eliminuje konieczność przykrywania dziecka kołderką, gwarantuje sen w cieple. Dobrze, jeśli ma odpinane zapięcie u dołu, które pozwala przewinąć maluszka w nocy bez konieczności zdejmowania całego śpiworka.



czarno-białe
stymuluje wzrok

pomaga
w kształtowaniu
zmysłów



wyprodukowano
w Polsce

baBice[®]
od razu widać, że wygodne



Pełny komfort zarówno dla mamy jak i dziecka.

Miękka poducha do karmienia z certyfikatem, poręczna mufka do karmienia, termoфор na kolki z certyfikatem, oraz pościel dla niemowląt z płaską poduszką zalecaną przez lekarzy i położne.



 www.bucikibabice.pl

KREATYWNE

zabawki

Wybór odpowiedniej zabawki nie należy do najłatwiejszych zadań. Pragniesz spełnić oczekiwania swojego dziecka, dbając jednocześnie o jego rozwój i potrzeby edukacyjne. Radzimy, na co należy zwracać uwagę, by nie pogubić się w tym nietatwym wyborze.

PRZEZNACZENIE EDUKACYJNE

Od momentu narodzin maluszek wymaga wyjątkowej troski. Najważniejszy jest jego prawidłowy rozwój i odpowiednio wykształcane zdolności psychomotoryczne. Barwna zabawka najmłodszemu maleństwu pozwoli odróżnić zmieniające się pod wpływem koloru otoczenie. Funkcje dźwiękowe nie tylko pobudzają ciekawość dziecka, ale też umożliwiają ocenę, czy maluch dobrze słyszy. Uciekający miś lub mechanicznie napędzane autko z kolei wywoła potrzebę złapania zabawki, dzięki czemu bobas ćwiczy małą motorykę. Pluszaki, lalki lub zwierzątka z systematycznie powtarzającymi się dźwiękami pomagają w kształtowaniu prawidłowej mowy i artykulacji głosek.

INFORMACJE DODATKOWE

Na opakowaniu lub w instrukcji dołączonej do kupowanego produktu znajdują się informacje, z którymi zawsze powinieneś się zapoznać, zwłaszcza gdy zabawka wyposażona jest w mechanizm dźwiękowy, który trzeba wyjmować w trakcie jej czyszczenia lub prania.

WIEK DZIECKA

Przed zakupem warto sprawdzić, do jakiej grupy wiekowej należy zabawka,

która wyjątkowo przypadła ci do gustu. Dziecko powinno bawić się zabawką, która będzie bezpieczna, i taką, na którą będzie w pełni gotowe. Zabawka dostosowana do wieku dziecka to gwarancja, że twój maluch zrozumie dźwięki, barwy i inne dodatkowe funkcje edukacyjne.

NIEZBĘDNE ATESTY

Zabawa to niezwykle istotna potrzeba każdego dziecka, jednak pamiętaj, że priorytetem jest jego bezpieczeństwo. Przy zakupie warto sprawdzić, jakie atesty ma zabawka, jakie właściwości ma produkt, jaki jest jego skład i jakie przeznaczenie.

PORANNE KARMIE NIE DZIECKA

Nie musi należeć do uciążliwych czynności. Odpowiednia zabawka może zwrócić uwagę dziecka, dlatego mówiąc do malucha, będziesz mógł go z łatwością nakarmić, bez przykrych niespodzianek. Dziecko karmione w leżaczku będzie spokojniejsze, gdy przyczepisz do jego ramki wiszącą pozytywkę.

CZAS NA KĄPIEL!

Kilka nietypowych gadżetów sprawi, że kąpiel dziecka będzie zabawą zarówno dla niego, jak i dla rodzica. Dziecko zajęte zabawą pływającą kaczuszką lub prostą konewką czy

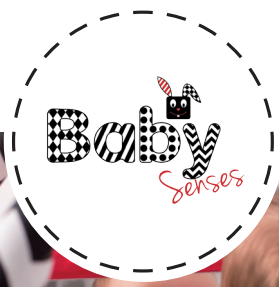
Najważniejszy jest prawidłowy rozwój dziecka i odpowiednio wykształcane zdolności psychomotoryczne.



Pluszowa Spiralka Sensillo
Wyposażona w grzechotki, gryzaki, metki i inne niespodzianki. Uczy rozpoznawania kształtów, kolorów i dźwięków.
44 zł, SENSILLO, sensillo.pl

Kontrastowa mata edukacyjna z lusterkiem – Zwierzaki. Mata otrzymała złotą nagrodę w prestiżowym konkursie Wybór Rodziców 2018! Wraz z matą w komplecie znajdują się odpinane pałaki, 3 kontrastowe zabawki (wewnątrz nich grzechotka, piszczyk i dzwoneczek) oraz lusterko. 349 zł, BABY SENSES, babyenses.pl

Odpowiednio wybrana zabawka powinna uczyć, pobudzać ciekawość, barwić, rozwijać zmysły. Zadbaj też, by była bezpieczna dla maluszka.



Kontrastowe maty edukacyjne dla niemowląt.

też wyspą zabawek, które wywołują bańki mydlane, nie zauważą, kiedy nałożysz szampon na jego główkę i spłuczysz włoski wodą.

POPOŁUDNIE NA SPACERZE?

Nie bój się zabrać swojego maluszka na dalszą wy-cieczkę. Obawa przed nagłym płaczem i niezadowoleniem zniknie, gdy maleństwo będzie zainteresowane zabawą i obserwacją otoczenia. Do wózka można przy-czepić nie tylko kolorową parasolkę, która zwróci uwa-gę najmłodszego podróżnika, ale też panel z dźwięka-mi umieszczany w podstawce do karmienia.

Wspierają rozwój

Baby Prof. Elektroniczna dwujęzyczna zabawka do wspierania dziecka w jego pierwszych próbach zabawy z użyciem alfabetu. Literki 3D przyporządkowane do sympatycznych zwierzątek, pomagają dziecku utrwalić alfabet. Inspirowana metodą Montessori.
129 zł, CHICCO, chicco.pl



Króliczek Alilo Honey Bunny. Króliczek to wyjątkowa zabawka edukacyjna, która rośnie z twoim dzieckiem i wspiera jego rozwój. Alilo śpiewa, gra, opowiada bajki, szumi, świeci, odtwarza dowolne pliki MP3, 279 zł, ALILO, alilo.pl

A DZIECIOM MÓWIMY DOBRANOC...

Masz niemiłe wspomnienia z uspiania maluszka? Nietypowe „umilacze” podczas zasypiania dziecka, takie jak pluszak z bijącym serduszkem, pozytywka z migającym światełkiem o ciepłych barwach, pozwolą poczuć się dziecku bezpiecznie i zamknąć oczka do snu.

Rozwój zmysłów poprzez zabawę!



www.babysenses.pl

Uciążliwy problem – kolka dziecięca

Jak sobie z nią radzić?

Napięty brzuszek, podkurczanie nóg, nieuzasadniony niepokój dziecka – to najczęstsze symptomy świadczące o tym, że mamy do czynienia z kolką niemowlęcą. W czym tkwi przyczyna kolki? Czy jej pojawienie się wymaga konsultacji lekarskiej? I najważniejsze – jak możemy pomóc naszym dzieciom?

BÓL BRZUCHA CZY „ZWYKŁY” PŁACZ?

Kolka niemowlęca może pojawić się u dzieci już w 3–4 tygodniu od narodzin, a zanika zazwyczaj w 4–5 miesiącu życia. Pierwszym sygnałem alarmowym świadczącym o tym, że mamy do czynienia z atakiem kolki, jest ogólny niepokój dziecka połączony z trudnym do powstrzymania płaczem. Pojawia się on zazwyczaj o tej samej porze dnia lub nocy (najczęściej bezpośrednio po karmieniu) i towarzyszą mu również inne objawy. Wśród dolegliwości związanych z atakiem kolki możemy wymienić m.in. drastyczną zmianę nastroju dziecka, napięty brzuch, podkurczanie nóg (stanowiące odruchową reakcję obronną przed bólem) oraz nienaturalne napięcie ciała. Podczas ataku dziecko nie reaguje na głos matki – uspokaja się dopiero w momencie nagłego ustąpienia kolki.

DLACZEGO DZIECI MAJĄ KOLKĘ?

Kolka to jedna z najczęstszych dolegliwości wśród niemowląt – szacuje się, że może ona dotyczyć nawet połowy dzieci do szóstego miesiąca życia. W czym tkwi źródło tej dolegliwości? Dokładnie nie wiadomo. Kolka niemowlęca wciąż stanowi pewnego rodzaju zagadkę medyczną, z którą zmagają się dzieci, rodzice i pediatrzy. To dolegliwość, która dotyka wielu najmłodszych w pierwszym etapie życia, jednak w każdym przypadku jej pojawienie się może być uzależnione od innych czynników. Najczęściej wśród przyczyn wymienia się m.in.: niedojrzałość przewodu pokarmowego, nietolerancję na laktozę, a nawet nieprawi-



JAK POMÓC MALUSZKOWI?

Najczęściej zdarza się, że kolka niemowlęca nie jest związana z jakimkolwiek schorzeniem i chociaż samodziennie ustępuje po kilku miesiącach, warto w kontekście codziennej pielęgnacji niemowląt wprowadzić kilka elementów, które mogą przyczynić się do zmniejszenia uciążliwych objawów. Wśród nich znajdują się m.in.:

- masaż oraz ciepłe okłady na brzuszek;
- zmiana techniki karmienia (tak, aby do przewodu pokarmowego dziecka dostawało się jak najmniej powietrza, które może potęgować kolkę);
- ciepła kąpiel;
- częste przytulanie, noszenie i głaskanie dziecka;
- wprowadzenie odpowiedniej diety u matki;
- wywoływanie „odbicia” po posiłku.

Najważniejszą zasadą w przypadku ataku kolki u niemowląt jest zachowanie spokoju. Pamiętajmy, że dzieci podświadomie wyczuwają nastrój i emocje rodziców, dlatego w momencie ataku powinny otrzymać maksymalną dawkę ciepła i rodzicielskiego wsparcia.

Kolka?

91% lekarzy wybiera Delicol*

Niedojrzały układ pokarmowy maluszka nie radzi sobie z trawieniem laktozy, czyli cukru występującego w mleku. Przyczyną może być zbyt mała ilość laktazy - enzymu, który jest odpowiedzialny za trawienie laktozy.



dłową technikę karmienia dziecka, nasilone oddziaływanie bodźców zewnętrznych lub palenie tytoniu przez matkę.

KOLKA NIEMOWLĘCA - OBJAW INNEJ CHOROBY?

Kolka niemowlęca nie jest chorobą i zazwyczaj (niezależnie od przyczyn) całkowicie zanika w ciągu pierwszych miesięcy życia dziecka. Chociaż nie ma podłoża chorobowego, dobrą praktyką jest poinformowanie pediatry o dolegliwości dziecka podczas wizyty w gabinecie lekarskim. W niektórych przypadkach może ona bowiem stanowić objaw lub skutek choroby, np. zakażenia układu moczowego, nieprawidłowej pracy przewodu pokarmowego (nieodpowiednie trawienie pokarmów), refluksu żołądka, alergii, a nawet infekcji (np. zapalenia ucha). Dlatego tak ważna jest wizyta u pediatry i omówienie tego problemu – specjalista za pomocą prostych, standardowych badań (np. USG w przypadku podejrzenia dolegliwości układu pokarmowego lub testów alergicznych) potrafi wykluczyć te choroby, dzięki czemu możemy mieć pewność, że kolka nie stanowi dla naszego dziecka większego zagrożenia.

Jeżeli podczas wizyty u specjalisty okaże się, że kolka stanowi jeden z objawów innej choroby, wówczas niezbędne jest wprowadzenie, zależnie od przyczyny, leczenia farmakologicznego, które pozwoli wyeliminować wszelkie dolegliwości.

Izabela Fengler, pediatra z Centrum Medycznego Damiana



Pozytywna ocena
**Polskiego
Towarzystwa
Pediatrycznego**



Delicol to żywność specjalnego przeznaczenia medycznego. Zawarty w nim naturalny enzym laktaza rozkłada laktozę - cukier mleczny. Dzięki temu **doskonale eliminuje przyczynę kolki niemowlęcej****, a nie tylko łagodzi objawy.

Delicol można stosować zarówno przy karmieniu naturalnym jak i sztucznym, podając dziecku bezpośrednio lub do pokarmu.

więcej na www.delicol.pl

* dotyczy kolki niemowlęcej; na podstawie badania marketingowego przeprowadzonego wśród 1369 lekarzy pediatrów w okresie IX-X.2014

** dotyczy kolki niemowlęcej wywołanej przez nietolerancję laktozy

Sezon na infekcje

Katar, zatkany nos, ból gardła, gorączka – to tylko niektóre z objawów infekcji górnych dróg oddechowych, które w okresie zimowym i wiosennym dokuczają maluchom.

Oto, jakie są ich przyczyny i jak sobie z nimi radzić, zapytaliśmy lek. med. Grzegorza Sitenia, specjalistę chorób dziecięcych, nefrologa, kierownika Oddziału Pediatrycznego w Szpitalu Specjalistycznym PRO-FAMILIA w Rzeszowie.

KATAR, BÓL GARDŁA I KASZEL

Zima oraz wczesna wiosna to czas, kiedy występowanie infekcji górnych dróg oddechowych wzrasta. Najczęstszym problemem są przeziębienia, czyli grupa łagodnych chorób wywołanych przez wirusy. Główne ich objawy to: katar, ból gardła, kaszel, ogólne osłabienie. Objawom może towarzyszyć niewielka temperatura, któ-

ra w pierwszym okresie może być znacznie podwyższona, lecz zwykle po trzech dniach ustępuje. Jeżeli dzieje się jednak inaczej i gorączka się wciąż utrzymuje, najlepiej skonsultować się z lekarzem. – Nie bójmy się pierwszych złych symptomów. Warto wiedzieć, że katar leczony trwa około tygodnia, a nieleczony tylko... 7 dni. Maluchowi możemy ulżyć, stosując sprawdzone metody naszych babć, podając miód oraz herbatę z sokiem z malin. Jeżeli gorączka nie przekracza 38 stopni, to spacer na świeżym powietrzu jest również wskazany. Pamiętajmy jednak, aby nie przegrzać malucha. Nie ma powodu, aby ubierać go cieplej niż siebie – podkreśla lek. med. Grzegorz Sienią.

ANGINA

Równie często występującą infekcją górnych dróg oddechowych jest ostre zapalenie gardła, które może być wywołane zarówno przez wirusy, jak i bakterie. Objawy to zazwyczaj: ból gardła, trudność w przełykaniu, złe samopoczucie, czasami gorączka. – W przypadku anginy mamy do czynienia z dwoma rodzajami zapalenia migdałków. Pierwszy z nich to tzw. wirusowa herpangina, a druga – typowa angina bakteryjna, ropna, wywołana przez paciorkowce. W pierwszym przypadku wystarczy wprowadzić leczenie objawowe, w drugim konieczne jest podanie antybiotyku, najlepiej penicyliny. W obu sytuacjach niezbędna jest wizyta u lekarza, który odpowiednio



zdiagnozuję malucha i zaproponuję skuteczną terapię – wyjaśnia doktor.

OSTRE ZAPALENIE KRTANI

Jeżeli oprócz bólu gardła występuje chrypka, zmieniona barwa głosu, uporczywy nocny kaszel, który niezadługo pojawia się z dusznością, możemy podejrzewać ostre zapalenie krtani. W przypadku dzieci wyróżnia się dwa rodzaje zapalenia: podgłośniowe, wywołane przez wirusy i nagłośniowe, wywołane przez bakterie. W obu przypadkach wizyta u lekarza jest niezbędna.

– Infekcyjne, ostre zapalenie krtani może wystąpić oczywiście w każdym wieku, jednak szczególnie ostry przebieg obserwuje się u małych dzieci. To dość poważny problem, ponieważ w najgorszym przypadku może doprowadzić nawet do uduszenia. Na szczęście dzięki szczepieniom przypadków podgłośniowego zapalenia

krtani jest coraz mniej, jednak ryzyko wciąż istnieje – przestrzega pediatra. Ostry atak duszności i szczerzący kaszel może być złagodzony przez zimne, wilgotne powietrze. Dlatego najlepiej wtedy owinąć dziecko w koc i wyjść z nim na zewnątrz.

Infekcyjne, ostre zapalenie krtani może wystąpić oczywiście w każdym wieku, jednak szczególnie ostry przebieg obserwuje się u małych dzieci.

Można też odkręcić prysznic i inhalować malucha w łazience. – Często zdarza się, że przerażeni rodzice jadą z dzieckiem w nocy na szpitalny oddział ratunkowy, a gdy dojeżdżają, dzięki działaniu chłodnego powietrza duszność malucha jest znacznie mniejsza – dodaje ekspert.

ODPORNOŚĆ BUDUJE SIĘ LATAMI

Układ odpornościowy dziecka kształtuje się latami. – Dziecko od 2 lat do wieku szkolnego może przechodzić nawet do 6 ciężkich infekcji w ciągu roku i jest to normalne. Jakkolwiek przewrotnie to brzmi, przebyte infekcje wpływają korzystnie na budowanie odporności. Dlatego najlepszą profilaktyką częstych zachorowań jest ich przechorowanie. Nie bójmy się tych drobnych infekcji, bo dzięki nim nasze pociechy uodparniają się i w wieku szkolnym już nie chorują – wyjaśnia doktor. Gdy organizm dziecka walczy z nowymi zarazkami, jego układ immunologiczny zaczyna wytwarzać przeciwciała. – Jednak jeżeli dziecko choruje częściej niż 6 razy w roku, łapie infekcję za infekcją, warto skonsultować się z lekarzem. Przyczyną osłabionej odporności mogą być m.in. alergie – dodaje ekspert.

Dominika Czapkowska,
źródło: magazyn „Pro Zdrowie”

REKLAMA

Na GARDŁO i CHRYPKĘ

SPRAY DO GARDŁA

wyrob medyczny

1 OD ROKU ŻYCIA

Wytwórca:
Przedsiębiorstwo Farmaceutyczne „PROLAB” Sp. z o.o.
Paterek, Przemysłowa 3
89-100 Nakło nad Notecią

→ likwiduje podrażnienia związane z chrypką

→ łagodzi ból, zaczerwienienia i obrzęk

→ nawilża i łagodzi stany zapalne jamy ustnej i gardła



Pokonaj infekcję

Przeziębienie czy grypa?

Przed nami okres jesienno-zimowy, zatem czas wzmożonych zachorowań na grypę oraz przeziębienie. Obie choroby wywoływane są przez wirusy i mają podobny przebieg.

Do zakażenia dochodzi drogą kropelkową (kaszląc lub kichając, rozsiemamy wirusy z wydzielaną dróg oddechowych) oraz poprzez kontakt z zakażonym przedmiotem, np.: zabawką, kławką od drzwi (wirusy mogą przetrwać nawet kilka godzin na przedmiotach). Warto wiedzieć, jak rozróżnić te dwie jednostki chorobowe, a także jak im zapobiegać, szczególnie jeśli choruje dziecko.

PRZEZIĘBIENIE

Najczęściej rozwija się powoli i zwykle objawy utrzymują się przez 7 dni. Przeważnie towarzyszy mu: ból gardła, katar oraz kaszel. Temperatura ciała rzadko przekracza 38°C. Tego typu infekcja jest łatwiejsza do opanowania i najczęściej nie wymaga specjalistycznego leczenia.

GRYPA

W przypadku grypy charakterystyczny jest jej gwałtowniejszy przebieg

oraz krótszy okres rozwoju choroby. Natomiast objawy są nieco inne. Przede wszystkim mamy do czynienia z uogólnionym osłabieniem, „rozbiciem”, bólami mięśniowymi i wysoką gorączką z towarzyszącymi dreszczami oraz potami. Nieżyt nosa i męczący kaszel występują rzadziej. Dodatkowo, w cięższych przypadkach mogą pojawić się nudności, wymioty, biegunka, a nawet duszność. Grypa, która jest nieleczone, może w skrajnych przypadkach prowadzić do groźnych powikłań, m.in.: do zapalenia płuc, zapalenia stawów, zapalenia mięśnia sercowego i zgonu włącznie.

LECZENIE

Należy podkreślić oraz zapamiętać, że stosowanie antybiotyków w leczeniu przeziębienia lub grypy jest nieskuteczne i niewskazane, ponieważ antybiotyk na zakażenie wirusowe nie działa. Jednak zdarzają się przypadki, że podczas przedłużającego się przeziębienia może dojść do nadkażenia bakteryjnego i wówczas wskazany jest antybiotyk. Ponieważ po objawach nie da się całkowicie odróżnić przeziębienia i grypy, ważne jest, aby „przeleżeć” infekcję. Dlatego pierwszym etapem leczenia jest odpoczynek, najlepiej po-

Kilka prostych kroków, aby zmniejszyć u dziecka ryzyko zachorowania na grypę i przeziębienie.

Dbaj o higienę: myj często ręce, zamykaj usta podczas kichania i kaszlu, używaj chusteczek jednorazowych, a zużyte wyrzucaj do kosza.

Nie dotykaj bezpośrednio rękoma nosa, bo w ten sposób ułatwiasz wniknięcie do niego wirusów.

Wzmocnij odporność poprzez: właściwą dietę (codzienne spożywanie warzyw i owoców), ryby (bogate są w kwasy omega), częste spacery, zwiększoną aktywność fizyczną.

Nie przegrzewaj ani nie zaziębaj dziecka. Ubiór powinien być dostosowany do pogody.

Zadbaj o otoczenie dziecka: wentrowanie pomieszczeń, utrzymywanie umiarkowanej temperatury oraz właściwe nawilżenie powietrza jest bardzo ważne.

Nie narażaj dziecka na kontakt z chorymi. Jeśli w przedszkolu czy żłobku szaleje infekcja, pozostaw je na kilka dni w domu. Gdy choruje jeden z domowników, jego kontakty z dzieckiem również powinny być ograniczone. Ponadto unikaj zatłoczonych miejsc.

zostanie dziecka w łóżku lub po prostu niewychodzenie z domu. Zawsze należy mieć na uwadze, że w czasie infekcji maluch może się odwodnić, dlatego bardzo ważne jest podawanie mu większej niż zwykle ilości płynów. Perfekcyjnie sprawdzą się herbatki z sokiem malinowym, z cytryną oraz preparaty uzupełniające witaminy i minerały, a przy okazji wzmacniające organizm. Jeśli po kilku dniach niepokojące objawy nie ustępują lub wręcz stan dziecka się pogorszy, konieczna jest pilna wizyta u lekarza.

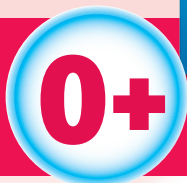
lek. Bogumiła Górczewska, pediatra

LEK NA BÓL I GORĄCZKĘ U NIEMOWLĄT I DZIECI

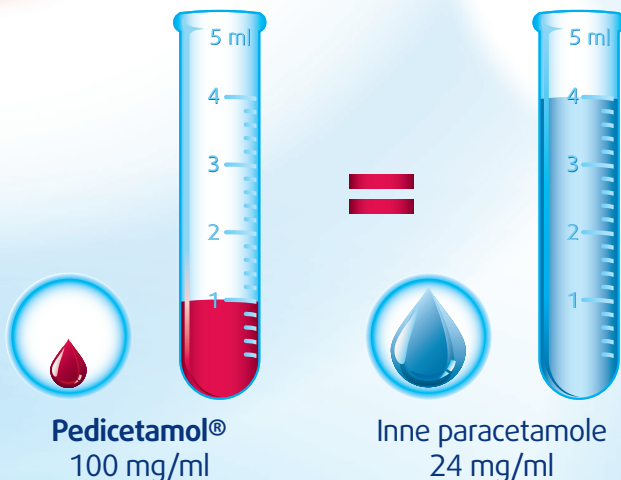


Pedicetamol®

Paracetamolum 100 mg/ml, roztwór doustny



JEDYNY OD URODZENIA*



75% MNIJESZ PŁYNU DO POŁKNIĘCIA PRZEZ DZIECKO

Skoncentrowana dawka leku oznacza dla Twojego dziecka **bardzo mało płynu do połknięcia**, a dla Ciebie łatwiejszą podaż leku za pomocą **wygodnego kroplomierza z podziałką**.

* w dawce 100 mg/ml

Informacja o produkcie PEDICETAMOL®

Nazwa produktu leczniczego: Pedicetamol®, paracetamol 100 mg/ml, roztwór doustny. Wskazania do stosowania: leczenie objawowe gorączki trwającej nie dłużej niż 3 dni oraz bólu o nasileniu łagodnym do umiarkowanego. **Przeciwwskazania:** nadwrażliwość na paracetamol, substancję pomocniczą azorubinę lub inną wymienioną w składzie produktu. **Podmiot odpowiedzialny:** "Polski Lek - Dystrybucja" Spółka z o.o., ul. Chopina 10, 34-100 Wadowice. **Kategoria dostępności:** Produkt leczniczy wydawany bez przepisu lekarza - OTC.

Przed użyciem zapoznaj się z ulotką, która zawiera wskazania, przeciwwskazania, dane dotyczące działań niepożądanych i dawkowanie oraz informacje dotyczące stosowania produktu leczniczego, bądź skonsultuj się z lekarzem lub farmaceutą, gdyż każdy lek niewłaściwie stosowany zagraża Twojemu życiu lub zdrowiu.

Probiotyki

jako wsparcie w antybiotykoterapii

Antybiotyki stosowane w trakcie leczenia infekcji bakteryjnych w dużym stopniu wpływają na zaburzenie mikroflory bakteryjnej układu pokarmowego. Wiąże się to z występowaniem działań niepożądanych u osób w każdym wieku.

Do najczęściej występujących skutków ubocznych związanych ze stosowaniem antybiotyku należą bóle brzucha i biegunki, szczególnie niebezpieczne w przypadku najmłodszych. Skutki te mogą zostać złagodzone przez zastosowanie odpowiedniego szczepu probiotycznego, który ochroni florę jelitową w trakcie antybiotykoterapii i pomoże ją odbudować po zakończeniu leczenia.

ZALETY I WADY ANTYBIOTYKOTERAPII

Antybiotyki to substancje wytwarzane przez mikroorganizmy, które znalazły swoje zastosowanie w walce z infekcjami

wywoływanymi przez bakterie chorobotwórcze. Ich zadaniem jest oddziaływanie na konkretne struktury komórki bakteryjnej, aby zahamować wzrost i namnażanie patogenu, a tym samym zwalczyć infekcję. Ich działanie jest całkowicie nieskuteczne w leczeniu infekcji wirusowych, dlatego ważne jest, aby nie stosować ich w przypadku przeziębienia czy grypy. Obecnie na rynku mamy dostęp do antybiotyków o różnym spektrum działania, jednak w każdym przypadku ich stosowanie wiąże się z ryzykiem wystąpienia różnego rodzaju skutków ubocznych, między innymi ze strony układu pokarmowego. Dzieje się tak ze względu

na fakt, że antybiotyk działa nie tylko na „złe” bakterie chorobotwórcze, ale też na „dobrą” naturalną florę jelit zamieszkującą organizm, zaburzając równowagę mikrobiologiczną. W wyniku tych zaburzeń w jelitach gromadzi się zbyt dużo wody, która jest wydalana w sposób gwałtowny, czego efektem jest biegunka.

Omawiając temat antybiotykoterapii, należy również wspomnieć o coraz bardziej powszechnym zjawisku lekooporności bakterii chorobotwórczych. Częste i nie zawsze uzasadnione (np. potwierdzone wykonaniem analiz w laboratorium mikrobiologicznym) stosowanie antybiotyków doprowadziło do rozwoju lekooporności wśród bakterii chorobotwórczych.

REKLAMA

Diflos IDEALNY PROBIOTYK

Diflos to skuteczny probiotyk:

- w trakcie i po antybiotykoterapii,
- w stanach obniżonej odporności organizmu,
- w biegunkach o różnej etiologii,
- w zapobieganiu kolkom niemowlęcym.

♥ PROBIOTYK DLA CAŁEJ RODZINY

zawierający mikroenkapsulowany szczep *Lactobacillus rhamnosus GG*.



Od pierwszych dni życia

Sugerowana cena produktów to tylko 15 złotych.

czych, przez co farmakoterapia staje się coraz bardziej inwazyjna, a jej skutki dla organizmu odczuwalne długo po zakończeniu terapii. Dlatego tak ważne jest stosowanie się do zaleceń lekarza w kwestii stosowania właściwej dawki antybiotyku i czasu trwania samego leczenia.

JAK ANTYBIOTYK, TO TYLKO RAZEM Z PROBIOTYKIEM

Stosowanie antybiotyków może wiązać się z różnymi objawami ubocznymi i powikłaniami ze strony układu pokarmowego. Najczęstszymi z nich są bóle brzucha i biegunki w różnych postaciach. W większości przypadków za przyczynę występowania biegunki w czasie antybiotykoterapii uważa się zaburzenia prawidłowej flory bakteryjnej w przewodzie pokarmowym. Dzieje się tak również w przypadku młodego, cały czas rozwijającego się organizmu dziecka. W takiej sytuacji z pomocą przychodzą probiotyczne szczepy mikroorganizmów, odgrywające kluczową rolę w profilaktyce oraz leczeniu biegunki poantybiotykowej. Szczepy bakterii probiotycznych to żywe mikroorganizmy, które podawane w odpowiednich ilościach sprzyjają odbudowie naturalnej bariery, jaką jest mikroflora jelit. Zostały wyizolowane z przewodu pokarmowego zdrowego człowieka, z tego względu są najlepiej przystosowane, aby skutecznie działać nawet w najmłodszym organizmie. Jednym z najlepiej przebadanych szczepów probiotycznych jest *Lactobacillus*

rhamnosus GG. Jego działanie zostało potwierdzone w wielu badaniach klinicznych prowadzonych w ośrodkach na całym świecie, również w Polsce. Szczep ten występuje naturalnie w jelicie człowieka, jest odporny na działanie kwasu żołądkowego i soli żółciowych oraz ma potwierdzoną wysoką zdolność przylegania do nabłonka jelitowego. Poza odbudowę naturalnej mikroflory jelit probiotyk *Lactobacillus rhamnosus* GG wytwarza substancje hamujące rozwój szczepów chorobotwórczych, przyczynia się do zmniejszenia stanu zapalnego i stymuluje odpowiedź układu immunologicznego, wspomagając tym samym sam proces leczenia.

POTWIERDZONA SKUTECZNOŚĆ STOSOWANIA

Dostępnych jest wiele badań klinicznych dowodzących skuteczności stosowania szczepu probiotycznego *Lactobacillus rhamnosus* GG. Wykazano, że suplementacja tym konkretnym szczepem obniża ryzyko wystąpienia objawów ubocznych antybiotykoterapii, takich jak ból brzucha i luźne stolce, skracza czas trwania biegunki o różnej etiologii. Szczep może być podawany od pierwszych dni życia. *Lactobacillus rhamnosus* GG w 2016 roku został zarekomendowany przez Europejskie Stowarzyszenie Gastroenterologii, Hepatologii i Żywienia w Pediatrii w zapobieganiu biegun-

kom związanym z antybiotykoterapią. Dodatkowym atutem szczepu *Lactobacillus rhamnosus* GG jest zerowy potencjał przenoszenia plazmidów. Plazmidy to koliste cząsteczki DNA, zawierające kilka genów, w tym gen odpowiadający za lekooporność. Cząsteczki te mogą być łatwo przenoszone z bakterii na bakterię, przyczyniając się do szerzenia oporności na działanie antybiotyku. *Lactobacillus rhamnosus* GG, który nie zawiera w swojej strukturze plazmidu, nie uodparnia patogennych bakterii, a sam pozostaje odporny na działanie antybiotyków.

W okresie jesienno-zimowym układ immunologiczny jest poddawany ciągłym wyzwaniom szczególnie u dzieci. Młode organizmy są narażone na różnego rodzaju infekcje, dlatego warto stosować suplementację probiotykami, które nie tylko będą minimalizować skutki uboczne antybiotykoterapii, ale też będą wspomagać odporność. U często chorujących dzieci warto rozważyć suplementację probiotykami zawierającymi szczep *Lactobacillus rhamnosus* GG. W badaniach wykazano, że dzieci przebywające w środowisku sprzyjającym infekcjom (szpitale, żłobki, przedszkola), które suplementowane były wspomnianym szczepem probiotycznym, były zdecydowanie mniej podatne na infekcje niż ich rówieśnicy nieotrzymujący podobnej suplementacji.

Dorota Kowalczyk,
ekspert Smart Pharma Sp. z o.o.

REKLAMA



Aurimax CZYSTE I ZDROWE USZY

Aurimax to spray do uszu, który zawiera aż 12 naturalnych składników, dzięki czemu:

- wspomaga leczenie zapaleń ucha zewnętrznego o różnej etiologii (bakteryjnej, wirusowej i grzybiczej),
- łagodzi objawy zapaleń ucha zewnętrznego takich jak ból, obrzęk i silne swędzenie,
- zmiękcza zalegającą woskowinę i pomaga ją łatwo usunąć,
- wspomaga utrzymanie optymalnego nawilżenia i higieny ucha.

Sugerowana cena produktu
to tylko **20 złotych** (200 dawek).





Fotelik na miarę

Lada dzień pojawi się na świecie wasze dziecko. Stoicie przed dużym wyzwaniem: musisz wybrać odpowiedni fotelik. Jak jednak podjąć właściwą decyzję, skoro w sklepie masz do wyboru kilkadziesiąt modeli? Oto podstawowe parametry, na jakie powinniście zwrócić uwagę.

WYSOKIE ŚCIANY FOTELIKA I ZAGŁÓWEK

Systemy ochronne zamontowane w zagłówku i bokach fotelika gwarantują lepszą ochronę podczas bocznych uderzeń. Fotelik powinien być ponadto odpowiednio wygodny dla dziecka.

PASY BEZPIECZEŃSTWA

Powinny być 3- lub 5-punktowe, ich długość musi być dostosowana do

ciała dziecka, by odpowiednio chronić maluszka i zapewniać mu stabilność. Dobry fotelik powinien też mieć ochraniacze na pasy – ochronią one pasy przed zabrudzeniem, a wrażliwą skórę dziecka przed podrażnieniami (szczególnie latem lub podczas gwałtownego hamowania). Centralny zamek, system szybkiej regulacji uprząży ułatwią usadzenie i poprawne zabezpieczenie dziecka w foteliku.

TKANINA

Wybieraj produkt z solidną tapicerką. Materiał wykończeniowy powinien być przewiewny, miękki i odporny na zabrudzenia. Ważne, by można było zdjąć i wyprać tapicerkę – po pewnym czasie może wymagać odświeżenia. Warto pomyśleć o dodatkowych akcesoriach, np. pokrowcu frotte. Sprawdza się szczególnie latem w upalne dni.



Lennart. Fotelik z bazą ISOFIX i nogą stabilizującą dla dzieci o wadze od 0 do 18 kg. Może być montowany przodem oraz tyłem do kierunku jazdy. Wkładka łędkwiowa dbająca o kręgosłup i oddychająca wkładka Dri-Seat.
399 zł, LIONELO, lionelo.com



Zafiro. Fotelik przeznaczony dla dzieci o wadze 15–36 kg (4–12 lat). Posiada 4 pozycje regulacji pochylecia. Montaż za pomocą trzypunktowego pasa bezpieczeństwa + isofix. 415 zł, COLETTO, coletto.pl



Otulacz samochodowy ze zintegrowanym kocykiem. Maksymalny komfort dzięki połączeniu dzianiny polarowej z czystą bawełną oraz funkcjonalną tkaniną soft-shell. Owinieciego nim malucha szybko i komfortowo umieścisz w foteliku – wystarczy przeprowadzić dolny pas przez rozcięcie w dolnej części otulacza, zaś górne pasy umieścić pomiędzy specjalnymi rozcięciami w jego górnej części. MOTHERHOOD, motherhood.pl

Masa ciała twojego malucha jest ważniejsza niż wiek (dzieci w tym samym wieku mogą mieć różną wagę), dlatego to nią kieruj się podczas zakupów.



BABY-SAFE² I-SIZE. Towarzyszy twojemu dziecku od urodzenia do 15 miesiąca. Dzięki wyjmowanej wkładce dla noworodków i technologii płaskiego ułożenia, nosidełko zapewnia ergonomiczną pozycję dla twojego dziecka i wystarczająco dużo miejsca, aż maluch osiągnie 83 cm wzrostu.
Od 868 zł, Britax Römer, britax-roemer.pl

WAGA DZIECKA

Masa ciała twojego malucha jest ważniejsza niż wiek (dzieci w tym samym wieku mogą mieć różną wagę), dlatego to nią kieruj się podczas zakupów. Zgodnie z europejskimi standardami foteliki można podzielić na 5 grup wagowych:

Grupa 0 dla dzieci o wadze do 10 kg

Grupa 0+ dla dzieci o wadze do 13 kg

Grupa I dla dzieci o wadze od 9 do 18 kg

Grupa II dla dzieci o wadze od 15 do 25 kg

Grupa III dla dzieci o wadze od 22 do 36 kg

Taki podział jest zgodny z normą R44, natomiast najnowsza norma R129 wskazuje wzrost dziecka jako decydujące kryterium przy doborze fotelika.

Kiedy zmienić pierwszy fotelik na większy? Ekspert doradza, by zrobić to jak najpóźniej. Dopóki dziecko mieści się w foteliku montowanym tyłem do kierunku jazdy (głową nie sięga poza górny brzeg fotelika), nie ma potrzeby przesadzania go do większego modelu.

Vento Isofix. Fotelik dla dzieci o wadze 0–25 kg. Bezpieczna jazda tyłem do kierunku jazdy (RWF).
877 zł, COLETTO, coletto.pl



TYŁEM DO... KIERUNKU JAZDY

i-Size (ECE R129) to nowa norma, która weszła w życie w lipcu 2013 r. i zakłada, że ważniejsze od kryterium wagowego (do tej pory powszechnie stosowanego w normie ECE R044/04) jest kryterium wzrostowe. Tak więc w starszej normy grupom 0-13, 9-18 i 0-18 kg odpowiednio odpowiadają wzrosty: od urodzenia do 75 cm, 67-105 cm

i 61-105 cm. Norma zakłada też m.in. obowiązek montażu fotelika tyłem do kierunku jazdy aż do 15. miesiąca życia dziecka (75-80 cm). Co istotne, norma i-Size nie zastępuje poprzedniej normy, nie ma więc potrzeby zmiany posiadanego fotelika. Niemniej jednak foteliki zgodne z nią dają nieco większą gwarancję bezpieczeństwa.

MONTAŻ

Mocowanie fotelika powinno być szybkie, łatwe i bezpieczne: za pomocą 3-punktowego pasa lub na bazie ISO-fix. Przed zakupem konkretnego modelu sprawdź, czy zdołasz go zamocować w swoim samochodzie (czy np. pas nie jest za krótki lub czy masz Isofix w swoim samochodzie itp.).

WKŁADKA

Upewnij się, czy fotelik jest wyposażony we wkładkę wypełniającą dla noworodka lub regulację głębokości.

ATESTY BEZPIECZEŃSTWA

Każdy fotelik dopuszczony do sprzedaży powinien mieć homologację ECE R 44/04 lub ECE R 44/03 lub i-Size R129 (pomarańczowa naklejka, umieszczona w widocznym miejscu fotelika). Certyfikat ten oznacza zgodność wyrobu z obowiązującymi obecnie w Europie wymaganiami technicznymi, jednak są to jedynie minimalne wymogi bezpieczeństwa. Warto więc zwrócić uwagę, czy produkt był poddawany testom zderzeniowym w niezależnych organizacjach oraz jakie uzyskał noty.

FUNKCJE DODATKOWE

Wielu producentów oferuje dodatkowe funkcje i wyposażenie swych produktów, przydatne w codziennym użytkowaniu. Warto wziąć je pod uwagę, wybierając konkretny model: wygodny uchwyt do przenoszenia fotelika możliwość wpięcia fotelika do stelaża wózka. Dzięki temu unikniesz noszenia fotelika wraz z dzieckiem (co jest nie lada wyzwaniem, szczególnie kiedy wasz maluch przybiera na wadze) daszek chroniący dziecko przed słońcem lub wiatrem praktyczny schowek umiejscowiony z tyłu fotelika, w którym możesz zwozić np. zapasowe pieluszki, pelerynkę przeciwdeszczową, przydatną podczas opadów deszczu lub śniegu, śpiworek specjalnie zaprojektowany do fotelików (z praktycznymi otworami na pasy).

Bezpieczna podróż



Maxi-Cosi Pebble Pro. Zgodny z najnowszą regulacją i-Size (R129). Montowany 3-punktowym pasem lub na bazie z systemem Isofix. 890 zł, MAXI-COSI, maxi-cosi.pl

Auto-Fix Fast. Zgodny z normą ECE R44/04. Specjalny materacyk redukcyjny (do 6 kg) przeciwdziałał syndromowi płaskiej głowy. Grupa 0+: 0-13 kg. 499 zł, CHICCO, chicco.pl



Vento Isofix. Fotelik dla dzieci o wadze 0-25 kg. Duże wychylenie zapewnia komfortową podróż. Możliwość montażu tyłem do kierunku jazdy za pomocą pasa samochodowego, przodem na Isofix. 877 zł, COLETTO, coletto.pl



Twisty. Fotelik, który zapewnia bezpieczeństwo zgodnie z najnowszą i najbardziej restrykcyjną normą homologacji ECE R129, znaną jako i-Size. Zaprojektowany został tak, by mali pasażerowie mogli komfortowo i jak najdłużej podróżować tyłem do kierunku jazdy. Przeznaczony jest dla dzieci o wadze max. 18 kg oraz wzroście do 105 cm. Ok. 700 zł, CARETERO, caretero.pl





WÓZKI DZIECIECE

FOTELIKI SAMOCHODOWE



ISOFIX



RWF



PROGRAM WYMIANY
FOTELIKÓW
POWYPADKOWYCH

WWW.COLLETO.PL

Wybieramy WÓZEK!

Gondola to pierwszy pojazd malucha. Nie dziwi więc fakt, że szczególnie tatusiowie spędzają całe godziny w sklepach, analizując poszczególne funkcje, akcesoria, wyposażenie. Doradzamy więc w skrócie, na co zwrócić uwagę podczas wyboru pierwszych czterech kółek dla bobasa.

RĄCZKA

Najważniejsze, żeby miała regulowaną wysokość i była wykończona miękką pianką. Jest wtedy nie tylko poręczna, ale i przyjemna dla dłoni. Dobrze, jeśli istnieje możliwość łatwego przełożenia jej na drugą stronę wózka, żeby zmienić kierunek jazdy. Sprawdzi się to w sytuacjach, kiedy słońce, wiatr lub deszcz przeszkadzają dziecku.

SKŁADANIE

Prosty i szybki sposób składania wózka to jeden z największych atutów. Przed zakupem sprawdź, czy złożony wózek zmieści się w bagażniku twojego samochodu. Dodatkowym udogodnieniem będą odpinane koła i możliwość składania gondoli. Ważne, by systemy składania wykluczały możliwość przypadkowego złożenia wózka podczas jazdy.



MAXI-COSI LILA Z GONDOLĄ, JADE



Muttsy ICON to długo wyczekiwana premiera roku 2019. Jest on jeszcze bardziej kompaktowy niż pozostałe modele, ale wciąż charakteryzuje go komfort i luksus, którego oczekuje się od marki.
MUTSY, miko.poznan.pl



Astin. Nawiązanie do klasyki z nutą nowoczesności. Gondola wykonana z impregnowanej tkaniny, którą zdobi wyjątkowy, delikatny nadruk. 1780 zł, COLETTO, coletto.pl



Koczek welurowy z podszkłą z Kolekcji Royal Baby. Koczek stworzony z myślą o najmłodszych dla zapewnienia im komfortu podczas chłodniejszych dni. Idealnie sprawdzi się w wózku na spacerach, a także w chłodniejsze dni w kołysce czy łóżeczku. Niezastąpiony szczególnie na jesień i zimą. 189 zł, SLEEPPEE, sleeppee.pl

THULE Sleek. Wózek można skonfigurować aż w 13 różnych wariantach. Można w nim wozić jedno lub dwojkę dzieci, dzieci urodzone „rok po roku”, a nawet bliźnięta. We wszystkich konfiguracjach zachowujemy małe rozmiary, bardzo niską wagę i zwrotność wózka pojedynczego. Wyprodukowany w Polsce. Od 3099 zł, THULE, scandinavianbaby.pl



DNO I BUDKA

Dobrze, jeśli wykonane są z przewiewnych, wodoodpornych materiałów zapobiegających nadmiernej poceniu się dziecka, a jednocześnie chroniących od wiatru. Dno wózka powinno być równe i wygodne. Ważne, by można je było składać do pozycji siedzącej, kiedy maluch nieco podrośnie. Budka powinna być duża, wyposażona w moskitierę i okienko wentylacyjne, przez które możesz zobaczyć dziecko, a ono obserwować niebo. Zwróć uwagę, czy łatwo i cicho się składa/rozkłada. Jest to ważne, kiedy maluch zaśnie.

KOŁA

Plastikowe lub piankowe koła zapewniają niezwykłą lekkość wózka, czyniąc go idealnym pojazdem na wypad po miejskiej dżungli. Świetnym rozwiązaniem są obrotowe przednie kółka z możliwością blokady, zwiększające zwrotność wózka i ułatwiające manewrowanie. Z kolei duże, pompowane koła zwiększają stabilność i komfort jazdy w trudnym terenie.



Craft. Urzeka wyjątkowym wzornictwem. Szlachetne materiały i solidna konstrukcja to połączenie, które zachwyci najbardziej wymagających rodziców. 2075 zł, COLETTO, coletto.pl

ALASKA



- maksymalna waga dziecka do 22kg
- powiększona, wodoodporna budka
- rączka i pałak pokryty perforowaną skórą
- komfortowe siedzisko o szerokości 36cm
- amortyzowane wszystkie koła
- rozkładne oparcie - regulowany podnózek

BABY MONSTERS



- NOWOŚĆ -



WWW.BABY-MONSTERS.PL



Phoenix SE Dakar&Helsinki. Edycja specjalna popularnego wózka z możliwością montażu fotelika, siedziska odwracalnego lub gondoli. Wyróżniają ją denimowe, wodoodporne materiały w dwóch kolorach. W zestawie osłonka na nóżki. 1149 zł, BABY MONSTERS, baby-monsters.pl

Quinny VNC to komfortowy, elegancki wózek zaprojektowany ze szczególną dbałością o detale. Z wieloma praktycznymi rozwiązaniami, odpowiednio wąski i lekki, aby beztrudno poruszać się po ruchliwych chodnikach. Ok. 2600 zł, QUINNY, quinny.com



Wózek spacerowo-głęboki Urban. Uniwersalny, lekki, modny. Urban to wózek spacerowy z możliwością zmiany w wózek głęboki w kilku prostych ruchach, bez konieczności montowania tradycyjnej gondoli. Ok. 1399 zł, CHICCO, chicco.pl



Irma. Wózek spacerowy Irma jest wykonany ze specjalnego materiału melanzowego o strukturze lnu. Pojemny kosz na zakupy, komfortowe rączki obracane o 360°, organizer, kieszonka na drobniactwo. 279 zł, LIONELO, lionelo.com



Wózek spacerowy MAGIC. Spacerówka o intuicyjnej obsłudze i dopracowanej funkcjonalności. Idealny w miejskiej dżungli – porusza się zwinnie, wygrywa w tłumie. 599 zł, ESPIRO, espiro.pl



Ewelina Kubicka
ekspert marki Baby Monsters
baby-monsters.pl

JAKA SPACERÓWKA NA ZIMĘ?

Przy wyborze „zimowej” spacerówki należy pamiętać o paru ważnych rzeczach. Zwróćmy uwagę na koła – te pompowane lub gumowe zapewnią lepszą przyczepność podczas jazdy po śniegu. Warto, by przednie miały możliwość blokady do jazdy na wprost. Pamiętajmy jednak, że wielkość kół ma wpływ na wagę wózka. Zadbajmy również o odpowiednią szerokość siedziska – maluch w zimie będzie miał na sobie kombinezon oraz śpiwór, co zajmuje dosyć dużo miejsca. Przedłużana budka uchroni dziecko przed mroźnym wiatrem, a dodatkowe wyposażenie wózka, takie jak np. folia przeciwdeszczowa oraz okrycie na nóżki, zapewni maluchowi komfort podczas zimowych spacerów.



SMILE III. Wszechstronny wózek 2 w 1 o ultrawąskiej konstrukcji (57 cm szer), która pozwala swobodnie manewrować nawet w bardzo wąskich przestrzeniach. 2399 zł, BRITAX RÖMER, britax-roemer.pl

Baby Monsters Compact 2.0 Plus. Wersja limitowana popularnego wózka wielofunkcyjnego dodatkowo wyposażona w osłonkę na nogi i funkcjonalne kieszenie. Wersje kolorystyczne Jeans i Texas wykonane są z materiałów denimowych urozmaiconych elementami z ekoskóry. Teraz w promocyjnej cenie. 649 zł, BABY MONSTERS, baby-monsters.pl



WEŹ POD UWAGĘ!

KOSZ

Przydatny podczas spacerów, pomieści wszystkie niezbędne akcesoria, jak butelki, pieluchy, chusteczki nawilżane, kocyk itp. Dobrze, gdy jest odpowiednio duży, pakowny, a dostęp do niego nieskrępowany i wygodny. Warto sprawdzić, czy materiał, z którego jest wykonany, można odpiąć i wyprać w razie potrzeby.

ZAWIESZENIE

Amortyzatory i możliwość regulacji twardości zawieszenia są szczególnie istotne. Im lepiej zredukują wstrząsy, tym większa wygoda malucha podczas jazdy. Amortyzatory powinny znajdować się na wszystkich kołach.

HAMULCE

Dobry i bezpieczny wózek powinien być wyposażony w niezawodny system hamowania blokujący oba koła za pomocą jednej blokady. To rozwiązanie jest wygodne i praktyczne, kiedy np. wyjmujesz dziecko z wózka.

WAGA

Warto zadbać, by stelaż wózka był wykonany z lekkich i mocnych tworzyw, np. aluminium. Niejednokrotnie napotkasz przeszkody nie do pokonania, kiedy trzeba po prostu przenieść wózek, a wtedy jego waga będzie mieć znaczenie!

REKLAMA



lionelo

Greet [♥]
4w1



lionelo.com



Lionelo

lionelo_

Lionelo

MAMA NA ZAKUPACH

*Co kupić? Co powinno być
warte uwagi rodziców? Co może
się okazać szczególnie przydatne
w opiece nad maluszkiem?
Oto ciekawe propozycje.*



Serum Wax Tricho

Formuła serum opracowana specjalnie z myślą o szczególnych potrzebach włosów osłabionych i wypadających. Zawarte w preparacie nowoczesne kompleksy zapobiegają utracie włosów, stymulują odnowę komórek naskórka i pobudzają wzrost nowych włosów.

**LABORATORIUM PILOMAX, 39 zł
pilomax.pl**



Sambucus kids

Syrop z czarnego bzu wspierający odporność, dla dzieci powyżej 1. roku życia. Zawiera kompozycję dwóch starannie dobranych ekstraktów z owoców bzu czarnego. Nie zawiera syropu glukozowo-fruktozowego, wzmacniaczy smaku, konserwantów ani barwników. Pyszny malinowy smak.

**SAMBUCUS, 18,90 zł
cefarm24.pl**



Hemocal

Lek łagodzący ból, świąd oraz pieczenie towarzyszące żylakom odbytu. Zastosowany ekstrakt z nagietka lekarskiego uszczelnia i wzmacnia naczynia krwionośne, działa przeciwzapalnie i przeciwswiądowo oraz przyspiesza gojenie się uszkodzonej błony śluzowej odbytnicy. Dostępny w aptekach bez recepty.

**FARMINA SP. Z O.O., ok. 8 zł
farmina.pl**



Rajstopy ciążowe damskie – Kokoon

Przystosowane są do potrzeb kobiet w ciąży. Wykonane z mięciutkiej mikrofibry – idealnie do noszenia w chłodne dni. W rajstopach wzmocniono okolice łuku stopy, co zwiększa komfort dla stóp. Wykonane są zgodnie z 2. klasą kompresji.

**VENOFLEX, 238 zł
venoflex.pl**



Wyrób medyczny „Na Gardło i Chrypkę”

Przeznaczony do nawilżenia i łagodzenia stanów zapalnych jamy ustnej i gardła. Zawarte w preparacie substancje pochodzenia naturalnego wykazują działanie nawilżające, przeciwzapalne, przeciwwirusowe i przeciwbakteryjne. Dodatkowo zmniejszają przekrwienie błon śluzowych i nadmierną przepuszczalność naczyń włosowatych.

PROLAB, prolabnako.pl



Maltan

Masło do pielęgnacji brodawek sutkowych w okresie ciąży i karmienia piersią zapewnia odpowiednie nawilżenie skóry i ochronę przed czynnikami zewnętrznymi.

**MALTAN, 9 zł/10 g, 15 zł/40 g
miralex.pl**



Krem ZaspA

Przeznaczony dla niemowląt i dzieci od pierwszych dni życia. Chroni, łagodzi, regeneruje. Chroni skórę przed wilgocią i zaczerwienieniem. Zapobiega odparzeniom i podrażnieniom. Odpowiedni dla skóry atopowej. Testowany dermatologicznie. Nie zawiera konserwantów, barwników i substancji zapachowych.

**KREM ZASP.A,
kremzasp.a.pl**



Diflos® krople

Innowacyjny probiotyk w postaci zawiesiny doustnej. 5 kropli zawiera 1 miliard mikroenkapsulowanych żywych komórek bakterii *Lactobacillus rhamnosus* GG. Wskazany do postępowania dietetycznego: w stanach obniżonej odporności organizmu, w biegunkach, w kolkach niemowlęcych. Do stosowania u niemowląt, dzieci i dorosłych, w tym kobiet w ciąży.

**SMARTPHARMA, ok. 10 zł/5 ml
smartpharma.com.pl**



Drewniany pchaczek na zabawki

Poza funkcją przechowywania zabawek i innych dziecięcych skarbów może wspomagać naukę chodzenia.

CHILDHOME, ok. 249 zł
childhome.pl



Łóżeczko dostawne Next2Me

Eleganckie i praktyczne łóżeczko pozwala na pielęgnowanie bliskości i wygodną opiekę nad noworodkiem. Pasuje do każdego łóżka.

CHICCO, 699 zł
chicco.pl



Komplet pościeli

Wykonany w 100% z bawełny perkalowej o gęstym i prostym splocie, co zapewnia tkaninie miękkość i jedwabistą gładkość. Materiał jest ciepły, trwały i ma certyfikat Oeko-Tex.

ELODIE DETAILS, 139 zł
scandinavianbaby.pl



Jazzy

Nowoczesny wózek spacerowy, który zachwyca designem. Impregnowany, elastyczny materiał budki oraz elegancka aluminiowa rama sprawi, że zakochasz się w nim od pierwszego wejrzenia.

COLETTO, 1080 zł
coletto.pl



Zestaw z kolekcji Amy Fluffy, linia Grey

Zestaw 3-elementowy (poszewki + ochraniacz), kolekcja Amy Fluffy, linia Grey. Komplet jest wykonany z miękkiej bawełny, wypełnienie to ocieplina BabySoft. Jego niepowtarzalną ozdobą są uszka, pyszczek i ogonek królika w formie aplikacji 3D z dzianego sweterka. Ma certyfikat „Bezpieczny dla dziecka” i „Bezpieczny dla niemowląt”.

AMY, ok. 260 zł, amy.com.pl



Botanic Spa Rituals

Maska do włosów zniszczonych Czarna Rzepa+Skrzyp Polny Bielenda Botanic Spa Rituals. Przywraca prawidłową kondycję suchych, łamliwych i wypadających włosów. W jej składzie znalazł się wyciąg z czarnej rzepy, który odpowiada za równowagę wypadania włosów oraz ekstrakt ze skrzypu polnego, którego zadaniem jest regeneracja włosów.

BIELENDA, ok. 28 zł/300 ml
bielenda.pl



Caretero Deluxe

Lekka aluminiowa rama, interesujący wygląd i bogate wyposażenie to recepta na udane łóżeczko turystyczne.

CARETERO, 290 zł
caretero.pl



Theo

Wygodne, bezpieczne łóżeczko pozwala na bezpośrednie dostawienie go do łóżka rodzica, dzięki czemu dziecko jest jednocześnie „u siebie” i z mamą. Może ono służyć także jako łóżeczko wolnostojące.

LIONELO, 399 zł
lionelo.com



Lukas

Stabilne i wytrzymałe łóżeczko wykonane z litego drewna brzoazowego z lekko zaokrąglonymi rantami.

LULUBABY
lulubaby.pl

Szkoły rodzenia

Zapraszamy do współpracy!

Jeśli chcesz, by Twoja Szkoła Rodzenia znalazła się w naszym spisie – napisz do nas! Dane adresowe zamieścimy również na naszej stronie www.dobra-mama.pl. Jeśli chcesz podzielić się swoją wiedzą i doświadczeniem w zakresie przygotowywania do macierzyństwa i opieki nad niemowlęciem – skontaktuj się z nami! Na maile czekamy pod adresem:

redakcja@dobra-mama.pl

BIAŁYSTOK

Szkoła Rodzenia przy Szpitalu Miejskim im. PCK, ul. Bema 89 D, tel. 85 741 58 95

Szkoła Rodzenia „DAR” Poradnia Laktacyjna mgr Małgorzata Tymińska, ul. Wojskowa 4, Białystok, tel. 501 675 997, szkolarodzenia@dar.pl, info@szkolarodzenia@dar.pl

Centrum Medyczne Ryska Sp. z o.o. – bezpłatna szkoła rodzenia, ul. Sobieskiego 13, lok. 8, Białystok, tel. 85 733 32 22

BRZEZINY

Szkoła Rodzenia przy Powiatowym Centrum Zdrowia w Brzezinach Sp. z o.o., ul. Marii Skłodowskiej-Curie 6, Brzeziny, tel. 506 008 861

BYDGOSZCZ

Szkoła Rodzenia „Brzdąc”, ul. Wrocławska 3, Bydgoszcz, tel. 52 372 30 25, 601 499 747, brzdac.bydgoszcz.eu

Szkoła Rodzenia „Vita” Anna Appelt, ul. Unii Lubelskiej 1 m. 5, Bydgoszcz, tel. 607 329 426, anna.appelt@vita.edu.pl, vita.edu.pl

CHEŁMNO

SZKOŁA RODZENIA Zespół Opieki Zdrowotnej, Beata Durawa – oddział ginekologiczno-położniczy, pl. Rydygiera 1, Chełmno, tel. 56 677 26 07 (sekretariat)

CHORZÓW

Szkoła Rodzenia Babi-Med, ul. Sobieskiego 19, Chorzów, tel. 32 241 28 31, 505 051 410, 505 051 411, babi-med.eu

CZECHOWICE-DZIEDZICE

Szkoła Rodzenia – Bożena Węglarz – Kwardzińska, ul. Kochanowskiego 4, Czechowice-Dziedzice, tel. 606 124 737

DZIERŻONIÓW

Dzierżoniowska Szkoła Rodzenia przy NZOZ Szpitalu Powiatowym w Dzierżonowie, ul. Cicha 1, tel. 72 401 00 08

ELBLĄG

Szkoła Rodzenia przy Wojewódzkim Szpitalu Zespolonym, ul. Królówiecka 146, Elbląg, tel. 55 239 56 06

GDAŃSK

POZ-Medik Mama I Ja, ul. Hynka 30, Gdańsk, tel. 535 911 195, pozmedik.biuro@gmail.com

Szkoła Rodzenia MagMed, ul. Łanowa 66 B, Gdańsk, tel. 603 912 151, kontakt@magmed.eu

Pielęgniarki i położne środowiskowe PULS MEDIC, Przychodnia Suchanino, ul. Otwarta 4, Gdańsk, tel. 697 376 045

GIŻYCKO

Indywidualna Szkoła Rodzenia Ewa Chabas, ul. Żeglarska 1/2, Giżycko, tel. 600 924 875, ewachabas.pl

GLIWICE

Szkoła Rodzenia przy Szpitalu Wielospecjalistycznym, ul. Kościuszki 11, Gliwice, tel. 32 238 20 91

GRUDZIĄDZ

Szkoła Rodzenia przy Regionalnym Szpitalu, ul. Rydygiera 15/17, Grudziądz, tel. 56 641 41 88

JAWORZNO

Szkoła rodzenia SISMED, ul. Gołębia 8, Jaworzno, tel. 504 383 840, 690 308 123

KALISZ

Szkoła Rodzenia przy Wojewódzkim Szpitalu Zespolonym, ul. Toruńska 7, Kalisz, tel. 62 757 90 17, szkolarodzenia@szpital.kalisz.pl

KATOWICE

Szkoła Rodzenia „Bedźmy Rodzicami”, ul. Zawiszy Czarnego 7 A, Katowice, tel. 608 195 456

Fundacja Edukacji Zdrowotnej STIM, pl. Tadeusza Kościuszki 5, Sosnowiec, tel. 796 113 723

Szkoła Rodzenia „Miś Kuleczka”, ul. Raciborska 27 (przy Katowickim Centrum Onkologii), Katowice, tel. 601 558 953

KĘDZIERZYN-KOŹLE

Szkoła Rodzenia w Szpitalu nr 1, ul. Roosevelta 2, Kędzierzyn-Koźle, tel. 77 406 24 12

KÓRNIK

RUBUS Malinowa Szkoła Rodzenia, ul. Wyspiańskiego 13, Kórnik, tel. 692 194 491, malinoworodzenie.pl

KRAKÓW

Szkoła Rodzenia „Ujastek”, ul. Ujastek 3, Kraków, tel. 600 420 674, szkola-rodzenia@ujastek.pl, szkola@ujastek.pl

Szkoła Rodzenia Picolino, ul. Kawaleryjska 51/2, Kraków, tel. 883 608 832, biuro@picolino.pl

Szkoła Rodzenia Bobaskowo, ul. Grzegorzewska 12/VIII, Kraków, tel. 791 557 767, kontakt@bobaskowocom.pl

Doula Olimpia, ul. Chmieleniec 41/47, Kraków, tel. 501 611 411, doulalimpia@gmail.com

KUTNO

Szkoła Rodzenia przy Kutnowskim Szpitalu Samorządowym, ul. Kościuszki 52, Kutno, tel. 24 388 02 00, szpital.kutno.pl

LEGIONOWO

Szkoła Rodzenia TatiMami, ul. Sowiańskiego 15 A, Legionowo, tel. 502 307 967

LEGNICA

Szkoła Rodzenia przy Wojewódzkim Szpitalu Specjalistycznym, ul. Iwaszkiewicza 5, Legnica, tel. 516 076 737, szkolarodzenia@szpital.legnica.pl

Szkoła Rodzenia, ul. Chojnowska 112, Legnica, tel. 609 571 842

LUBLIN

„Twoja Położna” Bezpłatna Szkoła Rodzenia, ul. Jana Klepury 5, Lublin, tel. 571 328 477, info@polozna.lublin.pl

Szkoła Rodzenia „Lidia”, ul. Żulińskiego 8, Lublin, tel. 607 217 417, lidia@szkolarodzenia-lublin.pl

Bezpłatna Szkoła Rodzenia Agnieszki Brzezińskiej, ul. Lotnicza 5, Lublin, tel. 530 235 292, agabrzezinska@wp.pl

Szkoła Rodzenia przy Samodzielnym Publicznym Szpitalu Klinicznym, ul. Jacewskiego 8, tel. 81 724 47 71, posturzynska@gmail.com

Szkoła Rodzenia przy Rodzinnym Centrum Medycznym Lubimed, ul. Woronickiego 11, Lublin, tel. 603 130 850

ŁĄCKO

Szkoła Rodzenia przy NZOZ Femina, Łącko 662, tel. 504 186 217

ŁOMŻA

Bezpłatna Szkoła Rodzenia przy Szpitalu Wojewódzkim w Łomży im. Kard. Stefana Wyszyńskiego, ul. Piłsudskiego 11, Łomża, tel. 86 473 36 61, szkola@szpital-lomza.pl, szpital-lomza.pl

Szkoła rodzenia przy łomżyńskim Centrum Medycznym, ul. Słowikowa 9, Łomża, tel. 602 460 478, florczykbozena@gmail.com

ŁÓDŹ

Szkoła Rodzenia „NAS TROJE”, ul. Sterlinga 16/18, Łódź, tel. 797 422 408, nas-troje.pl, sbrowska@ipt.pl

Centrum Wsparcia Przyszłych Mam, ul. Kosodrzewiny 88 A, Łódź, tel. 502 206 577

Akademia Rodzenia Malinowa, ul. Kilińskiego 21, Łódź, tel. 731 189 069, rejestracja@przychodniamaliniowa.pl

Centrum okołoporodowe Wesola Rodzinka, ul. Przetajowa 22b/22c, Łódź, tel. 535 565 331, kontakt@wesola-rodzinka.pl

Szkoła Rodzenia przy Instytucie Centrum Zdrowia Matki Polki, ul. Rzgowska 281/289, Łódź, tel. 42 271 10 09, szkolarodzenia@iczmpe.edu.pl

MIELEC

Szkoła Rodzenia „Aktywni Rodzice” ul. Zyguntowska 3, 39–300 Mielec

MILANÓWEK

Szkoła Rodzenia w Milanówku, ul. Spacerowa 4 (biblioteka miejska), tel. 512 342 694

NOWY DWÓR MAZOWIECKI

Oddział Położniczy przy Nowodworskim Centrum Medycznym, ul. Miodowa 2, Nowy Dwór Mazowiecki, tel. 510 900 254

NOWY SĄCZ

NZOZ Femina, Szkoła Rodzenia Szczesliwie Urodzeni, ul. Nadbrzeźna 77, Nowy Sącz, tel. 606 906 815

OLSZTYN

Szkoła Rodzenia Czażyny Łaganowskiej, ul. Wańkowiicza 5/29, Olsztyn, tel. 89 542 97 66, 501 243 256

OSTROŁĘKA

Szkoła Rodzenia przy Mazowieckim Szpitalu Specjalistycznym im. dr. Józefa Psarskiego, al. Jana Pawła II 120 A, Ostrołęka, tel. 506 942 088, 502 597 127

OSTRÓW WIELKOPOLSKI

Szkoła Rodzenia przy Zespole Zakładów Opieki Zdrowotnej, ul. Limanowskiego 20/22, Ostrow Wielkopolski, tel. 62 595 12 62

Dobre adresy

Oto firmy, które WAM polecamy!

APC INSTYTUT apcinstytut.pl

ATTIPAS attipas.pl

BABICE buckibabice.pl

BABY SENSES babysenses.pl

BABY MONSTERS baby-monsters.pl

BELLAMY bellamy.pl

BIELENDA bielenda.pl

BRANCO branco.pl

CARETERO caretero.pl

CHICCO chicco.pl

COLETTA coletto.pl

DELICOL delicol.pl

DENTINOX zabkowaniebezbolu.pl

DOREL POLSKA maxicosi.pl

FARMINA farmina.pl

GINEXID ginexid.pl

HAPPY MUM happymum.pl

LIONELO lionelo.com

MALTAN karmieniepiersia.com

MAMA I JA wodadladziecka.pl

MEDIDERM BABY medidermbaby.pl

MOTHERHOOD motherhood.pl

NATALIS nataliswiss

NESLING nesling.pl

PEDICETAMOL pedicetamol.pl

PHARMACERIS emotopic.pl

PROLAB prolabnako.pl

SCANDINAVIAN BABY scandinavianbaby.pl

SENSILLO sensillo.pl

SLEEPEE sleepee.pl

SMART PHARMA smartpharma.com.pl

VAGICAL vaginal.pl

kidy.pl

BIO-Delikatesy dla Rodziców
Ekspert w żywieniu niemowląt i dzieci

Ulubiony e-sklep polskich rodziców

www.kidy.pl

sleepee
GOOD SLEEP MATTERS

ZAPEWNIJ DZIECKU
I SOBIE
DŁUGI I BEZPIECZNY SEN,
PONIEWAŻ "GOOD SLEEP MATTERS".

WWW.SLEEPEE.PL

NESLING
THE PERFECT SHADOW

ZABAWA W CIENIU
ŚWIATOWY LIDER W PRODUKCJI ŻAGLI, ROLET I PERGOLI

NOWOŚĆ 2019
PERGOLA ALUMINIOWA

www.nesling.pl Infolinia: 530 509 110

www.caretero.pl

Dbamy o słodkie sny,
także w podróży

CARETERO
best for babies

Actiderma[®] PUR

•Pielęgnacja •Ochrona •Profilaktyka

wzbogacona gliceryną i witaminą E,
została specjalnie opracowana dla skóry
suchej i wrażliwej.

Do stosowania dla niemowląt, dzieci i dorosłych
w przypadku dolegliwości spowodowanych
suchością skóry i błon śluzowych.

Actiderma pur Made in France
promocyjnej cenie to maść, na bazie
której powstała maść **Deumavan Natura**
Maść przetestowana dermatologicznie.
Dostępna w **wybranych** aptekach

www.actiderma.pl www.actiderma.eu

BRANCO

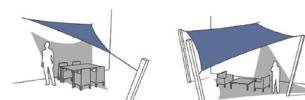
MODA CIĄŻOWA
kolekcja jesień/zima 2019

www.branco.pl/sklep/



NESLING

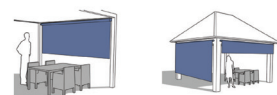
NOWOŚĆ 2019
PERGOLA ALUMINIOWA



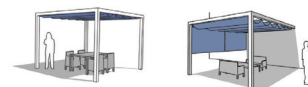
ŻAGLE PRZECIWSŁONECZNE **COOLFIT®**



ŻAGLE PRZECIWDDESZCZOWE **DREAMSAIL®**



ROLETY PIONOWE **COOLFIT®**



ROLETY RZYMSKIE POZIOME **COOLFIT® HARMONICA**
ORAZ PERGOLE **NESLING®**



RAMY REGULOWANE **FLEX FRAME®** DO MARKIZ
BALKONOWYCH

STERUJ CIENIEM!

Światowy lider w produkcji wysokiej jakości żagli przeciwsłonecznych, przeciwdeszczowych, pergoli, rolet na tarasy i do ogrodów oraz markiz i parawanów balkonowych.



infolinia: 530 509 110
www.nesling.pl



* Niespodzianki dostępne do wyczerpania zapasów.

SUPERCENA!

tylko 3,99 zł

Kup bez wychodzenia z domu

ZAMÓW PRENUMERATĘ

30 ZŁ w tym koszty wysyłki

6 wydań + niespodzianka*

Zamów już dziś: www.dobra-mama.pl/prenumerata
Infolinia: 17 852 52 20

Spodziewasz się dziecka?

Szukasz informacji na temat ciąży, porodu, opieki nad maluszkiem?

Zajrzyj na portal:
www.abcdobrejmamy.pl



nr 4 (24) 2019

DOBRY DOM SP. Z O.O. SP. KOMANDYTOWA

35-302 Rzeszów, ul. Litewska 10 | tel.: 17 852 52 20 | www.dobra-mama.pl, www.grupadobrydom.pl

REDAKTOR NACZELNA
DOMINIKA WIEWIÓRSKA
dwm@grupadobrydom.pl

ZESPÓŁ REDAKCYJNY
JOANNA LUBINIECKA | SYLWIA PRZYTUŁA
redakcja@grupadobrydom.pl

OPRACOWANIE GRAFICZNE
RAFAŁ KOZIARZ | rk@grupadobrydom.pl
GRZEGORZ PIWKO | gp@grupadobrydom.pl
ANNA BRODZIAK | ab@grupadobrydom.pl

DYREKTOR BIURA REKLAMY
KRZYSZTOF BABIARZ
reklama@grupadobrydom.pl

ASYSTENT DS. MARKETINGU
MAŁGORZATA LOMPER
ml@grupadobrydom.pl

DYREKTOR DS. KOORDYNACJI
DOROTA PROKOPIAK
dp@grupadobrydom.pl

KOLPORTAŻ
MIROSLAW TRAWKA
mt@grupadobrydom.pl

PRENUMERATA
prenumerata@grupadobrydom.pl
tel. 601 213 376

FOTOGRAFIA NA OKLADCE
Shutterstock



© Copyright by DOBRY DOM 2019. Opracowanie graficzne i merytoryczne magazynu stanowi własność Wydawcy. Kopiowanie oraz wykorzystywanie w jakikolwiek sposób materiałów bez pisemnej zgody Wydawcy jest zabronione. Wydawca nie odpowiada za treść reklam oraz artykułów sponsorowanych zamieszczonych w katalogu. Ceny prezentowanych produktów są uaktualnione w okresie redagowania pisma (październik/listopad 2019). Przewodnik ABC DOBREJ MAMY ma charakter wyłącznie informacyjno-edukacyjny. Jest zbiorem wielu przydatnych informacji o ciąży oraz macierzyństwie, które nie mogą być traktowane jako zalecenia, ale wyłącznie jako pomoc w poznawaniu tajników ciąży, wychowania i pielęgnacji noworodków. Zaistniałe problemy czy wątpliwości dotyczące konkretnych przypadków należy bezzwłocznie konsultować z prowadzącym lekarzem ginekologiem lub innym stosownym specjalistą w danej dziedzinie. Wydawca nie odpowiada za treść reklam, nie ponosi również żadnych konsekwencji prawnych ani odpowiedzialności za następstwa mogące wynikać na skutek zastosowania podanych informacji bez wcześniejszej konsultacji z lekarzem.

W przypadku kontaktu z redakcją informujemy, iż Administratorem danych osobowych jest Dobry Dom Sp. z o.o. sp. k. z siedzibą w Rzeszowie przy ulicy Litewskiej 10. Możesz zapoznać się z naszą Polityką prywatności, która znajduje się pod adresem www.grupadobrydom.pl/politykaprywatnosci

selen

**pierwiastek
życia**

NAJWAŻNIEJSZE WSKAZANIA DO SUPLEMENTACJI SELENEM:



łagodna postać
orbitopatii Gravesa



działanie
antyoksydacyjne



wspieranie układu
odpornościowego



wspomagająco
w leczeniu niepłodności



choroba
Hashimoto

Cefasel selenin sodu



- ▼ ściśle określona dawka Se (bezpośrednio wbudowuje się do selenoprotein, m.in. peroksydazy glutationowej)
- ▼ bezpieczeństwo stosowania (po wysyceniu organizmu usuwany przez nerki i płuca)
- ▼ nie zawiera drożdży
- ▼ posiada badania kliniczne
- ▼ szeroka gama opakowań i unikatowa dawka 200 μg

Dystrybutor:
APC Instytut
www.apcinstytut.pl

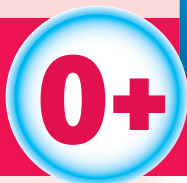


LEK NA BÓL I GORĄCZKĘ U NIEMOWLĄT I DZIECI



Pedicetamol®

Paracetamolum 100 mg/ml, roztwór doustny



JEDYNY OD URODZENIA*



Pedicetamol®
100 mg/ml



Inne paracetamole
24 mg/ml



75% MNIJESZ PŁYNU DO POŁKNIĘCIA PRZEZ DZIECKO

Skoncentrowana dawka leku oznacza dla Twojego dziecka **bardzo mało płynu do połknięcia**, a dla Ciebie łatwiejszą podaż leku za pomocą **wygodnego kroplomierza z podziałką**.

* w dawce 100 mg/ml

Informacja o produkcie PEDICETAMOL®

Nazwa produktu leczniczego: Pedicetamol®, paracetamol 100 mg/ml, roztwór doustny. Wskazania do stosowania: leczenie objawowe gorączki trwającej nie dłużej niż 3 dni oraz bólu o nasileniu łagodnym do umiarkowanego. **Przeciwwskazania:** nadwrażliwość na paracetamol, substancję pomocniczą azorubinę lub inną wymienioną w składzie produktu. **Podmiot odpowiedzialny:** "Polski Lek - Dystrybucja" Spółka z o.o., ul. Chopina 10, 34-100 Wadowice. **Kategoria dostępności:** Produkt leczniczy wydawany bez przepisu lekarza - OTC.

Przed użyciem zapoznaj się z ulotką, która zawiera wskazania, przeciwwskazania, dane dotyczące działań niepożądanych i dawkowanie oraz informacje dotyczące stosowania produktu leczniczego, bądź skonsultuj się z lekarzem lub farmaceutą, gdyż każdy lek niewłaściwie stosowany zagraża Twojemu życiu lub zdrowiu.