

育嬰必修課： 兒科醫生教路精準為B穿着紙尿片

嬰兒紙尿片及紙尿褲是陪伴寶寶成長最貼身、不可缺少的日用品，如何選擇合適的產品？寶寶長出了紅屁屁，不舒服容易哭鬧，家長看着心疼，該怎麼辦？我們請來鏡湖醫院兒科陳苑琪主治醫生，為寶爸寶媽詳細說明。



Q1：嬰兒紙尿片與紙尿褲有什麼分別？或使用上有什麼優、缺點？

紙尿片的優缺點

優點：

- 價格相對便宜。
- 更換方便，適合新生兒和需要頻繁更換的情況。

缺點：

- 容易移位。
- 膠貼需要貼在指定範圍，如果與嬰兒皮膚接觸，容易磨損嬰兒皮膚。

紙尿褲的優缺點

優點：

- 穿脫方便，適合活動量較大的嬰兒。
- 腰部彈性較大，活動時較舒適。
- 固定性好，不易移位，防漏效果較佳。

缺點：

- 價格相對較高。
- 更換時需要完全脫下褲子，不如紙尿片方便。

Q2：如何為不同階段的嬰兒選擇紙尿片／褲？

- 尿片的尺碼一般按嬰兒的體重及身長選擇，尤其以嬰兒的體重作選擇較常用及方便。
- 一般來說，出生至5公斤以內選NB(新生兒)；4至8公斤是S(小號)；6至11公斤是M(中號)；9至14公斤是L(大號)；12至17公斤是XL(加大號)。
- 大多數品牌嬰兒紙尿褲尺寸，由M至XXL碼不等。
- 如果嬰兒穿着紙尿片後有不適，應考慮更換為紙尿褲，紙尿褲腰部彈性較大，嬰兒活動時更舒適，且活動時能更好的貼合，不易外漏。

Q3：嬰兒屁屁紅了，家長可能會擔心是產品的牌子不合適，或對尿片過敏。怎麼處理紅屁屁？如何選擇安全及合適的嬰兒護臀膏？

- 尿片的染料、香料、黏貼帶等可能引致過敏，但隨着工藝的進步及近年各地對嬰幼兒用品的質量作出嚴格規管，因穿着尿片而引起過敏性皮膚炎的情況已極為少見。
- 通常紅屁屁的成因是尿布疹，這是一種常見的刺激性接觸性皮膚炎，也是一種在尿布覆蓋範圍出現的皮疹。任何穿尿布的嬰兒或兒童都可能出現這種情況，所以說，無論使用哪種尿布，都有可能引致尿布疹。



尿布疹的症狀

尿布疹非常常見，多數情況下是由於皮膚與尿液和糞便長時間接觸，導致角質層破壞和發炎。症狀包括：凸面(臀部) 受累，皮膚褶皺處不受累；皮膚發紅、疼痛或發癢。

大多數尿布疹可在家中給予適當治療，幾天後就會消失。處理方法有：

保持屁屁清潔和乾爽

- 脫掉尿布，盡可能讓皮膚通風。
- 至少每2至3小時檢查一次寶寶的尿布，濕了就要更換。尿片外層的雙色指示線，有助家長判斷是否需要更換尿片／褲。
- 每次排便後立即幫寶寶更換尿布。

使用溫水和軟布清潔寶寶肌膚

- 如用皂液，選擇溫和及無香料成分，並用清水沖洗乾淨皮膚。
- 如果皮膚脫皮或疼痛，可以使用裝滿溫水的塑膠擠壓瓶。
- 如果沒有水，可以使用無香料及無酒精的嬰兒濕紙巾清潔皮膚。

使用外用隔離霜

- 每次換片時，輕輕在患處塗抹一層含有氧化鋅或凡士林軟膏。
- 紅腫明顯，可以厚塗。

注意事項

如果尿布疹經上述處理未有改善，應及時就醫。需要注意的是，尿布區的皮疹可能是其他疾病的表現，只是皮疹剛好出現在尿布區。

尿布疹預防方法

- 常更換尿布。
- 讓屁屁每天暴露在空氣中數個小時，保持乾爽。
- 家長換片前後，要清潔雙手，避免留長指甲，因為暗藏細菌或弄損幼兒皮膚。
- 溫和清潔寶寶肌膚。
- 使用無酒精及香料的嬰兒濕巾，應避免使用含有香料、防腐劑和其他具有刺激性成分的外用製劑。

Q4：有些嬰兒胖手胖腳，即使穿着大碼的紙尿片／褲仍然較緊，胖腳勒出紅痕，怎樣處理？

- 選擇合適尺寸：尺寸太細可能擦傷皮膚或勒出紅痕，太大易漏。不同品牌產品，剪裁會有不同，可多比較。
- 調整膠貼：從腰部或腿部伸手指入尿片，感受鬆緊程度，太緊應調整膠貼位置。
- 適當護膚：在勒痕處塗抹溫和的護膚品，保護皮膚。 DC

醫生示範 1



紙尿片／褲不要遮蓋肚臍

醫生示範 2



拉一拉紙尿片／褲的橡膠邊預防漏尿