



ФЕДЕРАЛЬНЫЙ ПРОЕКТ "ПОДДЕРЖКА СЕМЕЙ, ИМЕЮЩИХ ДЕТЕЙ"  
НАЦИОНАЛЬНОГО ПРОЕКТА "ОБРАЗОВАНИЕ"

**КОНСУЛЬТАЦИОННЫЙ ЦЕНТР**

«Центр развития ребёнка – Детский сад № 38» г. Костромы



Консультация для родителей

## **ПРОГРЕСС ИЛИ ЕСТЕСТВЕННОСТЬ: КАК ВЫБРАТЬ МЕЖДУ ПЕЛЁНКАМИ И ПАМПЕРСАМИ**

*Одноразовые подгузники, известные также как памперсы, — свидетельство несомненного прогресса человечества и источник спокойствия и свободного времени для многих семей. Но и тканевые подгузники, которые приходится стирать, по-прежнему имеют своих поклонников. Что выбрать: достижения прогресса или бабушкин метод? Попробуем найти конструктивные решения.*

Использование одноразовых подгузников значительно облегчает жизнь родителям: экономия времени и сил, отсутствие необходимости стирать и гладить пеленки, удобство применения. Когда в начале 90-х годов памперсы появились в нашей стране, ни у кого не было сомнений в правильности их использования. Но в наши дни стремление к естественности и забота об окружающей среде побуждает многих молодых мам к отказу от одноразовых подгузников в пользу пеленок. Некоторые даже утверждают, что памперсов гораздо больше недостатков, чем достоинств.

### **Где правда, а где миф?**

Памперсы вредны для мальчиков. Противники памперсов много говорят о «парниковом эффекте», который может подавлять сперматогенез и создает риск появления бесплодия в будущем. В реальности же не существует доказательств негативного влияния одноразовых подгузников на репродуктивную функцию мальчиков, ведь до 7-8 лет у них не вырабатываются сперматозоиды, на которые может повлиять повышенная температура яичек.

Кроме того, при использовании одноразовых подгузников температура кожи под ними повышается только на 0,5 — 1,0°C, что не дает оснований говорить о стойком парниковом эффекте. Известно, что в

западных странах детские одноразовые подгузники широко применяют с начала 60-х годов; значит, прошло достаточно времени для того, чтобы делать выводы.

Число бесплодных браков в Западной Европе за последние 15-20 лет увеличилось на 3% и достигает сегодня 15%. В половине таких браков имеется мужской фактор бесплодия. Среди причин мужского бесплодия 36% приходится на перенесенные инфекционные заболевания, в том числе и в детстве.

Памперсы вредны для девочек. Есть мнение, что у девочек использование одноразовых подгузников может вызвать воспаление мочевого пузыря. Но цистит— результат ошибок при уходе за ребенком. Неправильная поза девочки во время подмывания способствует занесению кишечной флоры в уретру, из которой патогенная микрофлора попадает в мочевой пузырь и вызывает воспаление. Подгузник может стать косвенной причиной воспаления, только если его не меняют вовремя.

Подгузники меняют форму ног. «Форма ног передается по наследству, и ношение подгузника никак не повлияет ни на длину, ни на стройность. А вот недостаточное поступление витамина Д, кальция и фосфора в организм могут оказать негативное влияние на формирования костной ткани. Ношение одноразовых подгузников благоприятно влияет на формирование тазобедренных суставов, потому что ножки оказываются широко разведенными в стороны», — считает врач-педиатр Ольга Ершова.

Памперсы вызывают дерматиты и аллергию. У новорожденных детей очень нежная кожа, которая отрицательно реагирует на длительный контакт с мокрой средой. Дерматиты у детей, спящих в подгузниках всю ночь, действительно могут возникнуть, если памперс не подходит малышу по составу, в нем аллергенные ароматизаторы, малыш лежал в испачканном памперсе в течение нескольких часов.

То есть проблема может появиться не из-за использования подгузников, а по причине индивидуальной непереносимости ухаживающих лосьонов, входящих в состав подгузника, или плохого ухода.

Одноразовые подгузники имеют вредный химический состав. Полиэтиленовая пленка — верхний слой памперса. Пленка из полиолефина не допускает протекания жидкости наружу. Вещество абсолютно безопасное, если не нагревать его до 140°C. Оно приносит вред только при сжигании подгузника, когда выделяются летучие продукты, газы, провоцирующие угрозу удушья, токсичное действие. Внутренний слой изготавливается из безопасных материалов: тканевого полотна, полипропиленовых волокон.

Впитывающий слой состоит из целлюлозы и сорбентов. Целлюлоза — натуральный материал без ядов и канцерогенов. Впитывающий сорбент — это порошок или гель, полиакриловый полимер. Он разбухает при впитывании жидкости, не выпускает ее наружу. При производстве сорбента для детских подгузников используют полиакрилат натрия. Это нетоксичное вещество.

Так что никаких объективных причин отказываться от памперсов, связанных со здоровьем и гигиеной, на самом деле нет. Другое дело — индивидуальная чувствительность детей или взгляды их родителей.

### **Другие варианты заботы о младенце**

Некоторые мамы используют марлевые пеленки, подкладывая их в специальные фиксирующие трусики. Этот способ хорош для дома, когда есть возможность сразу же заменить намочшие пеленку и одежду на сухие. Стирать марлевые пеленки не сложно, особенно в стиральной машине, и сохнут они очень быстро. Финансовые затраты при этом значительно ниже, чем при покупке памперсов (марлевые пеленки можно сшить самостоятельно), а использованные памперсы, для биоразложения которых потребуются сотни лет, не обременяют совесть родителей. Но, конечно, марлевые подгузники не подходят для долгих прогулок, особенно зимой.

Самый дешевый и естественный способ — высаживание. Для этого потребуется, в основном, терпение и внимание мамы. Метод основан на том, что перед тем, как у ребенка подействует желудок или мочевой пузырь, он меняет поведение, тем самым подавая сигнал родителям. После этого у них есть несколько секунд, чтобы достать таз или посадить малыша над раковиной, держа его под коленками. Помочь малышу сделать то, что нужно, можно, включив воду, поглаживая живот, произнося специальные слова («пи-пи»).

Основные плюсы высаживания — это отсутствие пеленочного дерматита, поскольку его кожа не контактирует с выделениями. Кроме того, грудничок закаляется, общается с мамой, учит распознавать свои естественные потребности. Минус — то, что способ требует от матери повышенного внимания и некоторых дополнительных усилий, высаживать приходится чаще, чем менять памперс.

### **Навыки коммуникации**

Для развития личности важно периодически испытывать дискомфорт. Одноразовые подгузники, в которых всегда сухо, лишают ребенка этого опыта, ему и так хорошо. Соприкосновение с реальностью в виде дискомфорта от мокрых трусов отодвигается на несколько лет вперед. Опыт показывает, что уже с месяца ребенок может демонстрировать поведением готовность не быть мокрым. Ребенок может игнорировать некомфортное состояние как потому, что оно не входит в зону его опыта, так и потому, что оно слишком привычно. Здесь важно соблюдать баланс между нашими усилиями по уходу за ним и собственными коммуникативными навыками крошки. Это именно коммуникативные навыки, требующие нашего пристального внимания и мгновенной реакции. Меня совсем не умиляют годовалые довольные младенцы в рекламе подгузников... Если ребенок в 3 месяца не просится сам, нам как родителям есть о чем задуматься — и именно в отношении коммуникации с ребенком. Мы лишаем его огромного преимущества — первых навыков управления своим состоянием через общение. И первых навыков самостоятельности».

Можно попробовать совместить преимущества памперсов и марлевых пеленок. Например, памперсы надевать ночью и во время прогулок или выходов в свет. Дома же можно обойтись марлевыми подгузниками. Чем разнообразнее будет опыт ребенка, тем больше навыков он сможет приобрести.

Рано или поздно ребенок все равно научится пользоваться горшком. Поэтому, выбирая вариант действий, ориентироваться надо на себя — что родителям удобно и правильно, то и хорошо для их малыша.