

CIEMIENIUCHA - jak walczyć z żółtymi łuskami na głowie niemowlęcia?

Ciemieniucha to efekt nadmiernego działania gruczołów łojowych, znajdujących się na skórze dziecka. Hormony mamy, które przez pewien czas po porodzie krążą jeszcze w organizmie malca, sprawiają, że gruczoły pracują zbyt intensywnie. Łój, wydzielany przez nie w nadmiarze, zasycha na główce dziecka i łącząc się ze złuszczonej komórkami naskórka, tworzy na niej ciemnożółte plamy o różnym stopniu nasilenia.



Ciemieniucha, jak wynika z obserwacji pediatrów, pojawia się często zwłaszcza w miesiącach letnich. Gwarancji, że się jej uniknie, nie daje nawet codzienne mycie głowy dziecka. Ale gdy się już pojawi, nie ma powodu do niepokoju, bo łuski nie swędzą ani nie bolą dziecka, to tylko defekt estetyczny.

Kilka sposobów na ciemieniuchę

Jeśli łusek jest niewiele, na kwadrans przed kąpielą nasmaruj je oliwką dla niemowląt, przykryj watą nasączoną oliwką, nałóż cieką czapkę i poczekaj, aż zmiękną. Następnie miękką szczoteczką wyczesz z włosków te łuski, które odwarstwiły się pod wpływem oliwki, i umyj głowę dziecka delikatnym szamponem. W żadnym wypadku nie używaj szamponów przeciwłupieżowych. Myjąc maluchowi głowę, nie trzymaj skóry zbyt mocno, by jej nie podrażnić.

Jeśli ciemieniucha jest bardzo nasiloną, zamiast zwykłej oliwki lepiej zastosuj specjalny krem (np. Stelaker, Mustela) albo olejek (np. Olejuszka, Skarb Matki). Takie preparaty zawierają wyciągi z roślin (np. z liści brzozy czy kwiatu lipy), które powstrzymują nadmierne wydzielanie łoju, oraz substancje natłuszczające, przyspieszające odwarstwianie się łusek. Najlepiej nakładać je na noc, a następnego dnia rano umyć główkę i wyczesać łuski miękką szczoteczką.

Przy silnej ciemieniuchy do mycia głowy możesz używać (na zmianę z delikatnym szamponem, np. Klorane Bébé) namoczonych w ciepłej wodzie otrąb pszennych albo płatków owsianych, które zmiękczają łuski i działają łagodząco na skórę dziecka.

Jak walczyć z ciemieniuchą

Ciemieniucha mija zwykle około 3. miesiąca życia malca, gdyż wówczas normuje się praca gruczołów łojowych (choć w sporadycznych przypadkach utrzymuje się nawet do drugich urodzin). Nie znaczy to jednak, że możesz darować sobie staranną pielęgnację główki dziecka, bo łuski, które już się pojawiły, trzeba usunąć. Skorupa na głowie utrudnia skórze oddychanie, a w późniejszym wieku może być przyczyną kłopotów z włosami. Walcząc z ciemieniuchą, musisz uzbroić się w cierpliwość – kuracja trwa od tygodnia do dwóch, a zabiegi trzeba powtarzać codziennie. Zdarza się, że ciemieniucha powraca i leczenie trzeba zacząć od początku.

Kiedy należy udać się do lekarza

Jeśli czujesz, że ten problem cię przerasta, idź do dermatologa. Lekarz może przepisać specjalną maść do smarowania skóry dziecka i szampon zapobiegający powstawaniu łusek. Do pediatry na pewno musisz pójść wtedy, gdy strupki nie znikają mimo długotrwałej, odpowiedniej pielęgnacji, skóra jest mocno zaczerwieniona albo ciemieniucha pojawiła się poza skórą głowy (np. na szyi, za uszami, pod pachami). Takie objawy mogą świadczyć o alergii lub atopowym zapaleniu skóry i wymagają odpowiedniego leczenia.