

BB洗澡

實用教學

BB出世後便可以開始洗白白，BB抵抗力弱，建議每天洗澡一次，保持乾淨衛生。新手爸媽不用擔心，只要跟著以下步驟細心學習，很快便會熟能生巧！

洗澡準備用品

- 浴盆
- 沐浴露
- 毛巾
- 紗巾
- 尿布
- 乾淨的衣服
- 棉花
- 棉花棒
- 潤膚露
- 溫度計
- 暖爐（放在容易拿到的地方）



事前準備

- 1 洗澡水應先放冷水後再加熱水，水高約1/3盤便足夠
- 2 謹記BB下水前先用肘或洗澡溫度計測試水溫，大約攝氏37至38度便適合



2



3

- 3 先將衣服攤開和套在一起，方便穿著
- 4 媽媽脫下飾物及洗手
- 5 沐浴前先換尿布

洗頭步驟

- 1 脫剩尿布，用大毛巾包裹BB，好讓他的手腳不能亂動
- 2 用前臂托住BB身體頭和頸，腋下夾著固定BB雙腳，手掌托著BB的頸背及頭，用拇指和中指按BB耳背，避免洗頭時水流進BB耳內



1



3

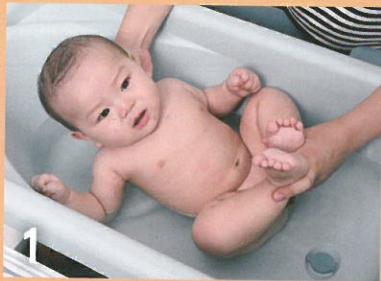


4

- 3 另一隻手為BB洗頭，小心不要讓水和泡沫流入BB耳朵和眼睛
- 4 把頭抹乾後，可脫下尿布準備洗澡，如有大便的話，可先作濕紙巾清潔

洗澡步驟

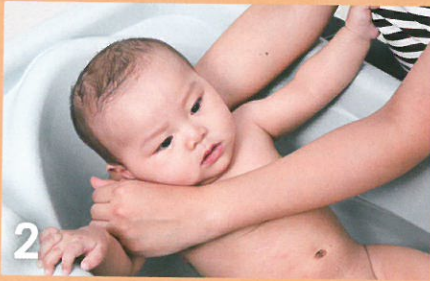
- 1 用手臂托著BB的頭和頸，另一隻手握著BB雙腳，先把BB的腳慢慢放進浴盆後放手，另一隻手臂依然托著BB頭和頸



1



2



2



3



4

- 2 用紗巾清潔BB頸部摺位、腋下、肚臍邊、大脾摺摺位、手指、耳背等
- 3 洗背脊時用另一隻手托著BB下巴和胸口將BB慢慢翻轉
- 4 洗澡後照樣用手托著BB頭頸，另握BB雙腳把他抱回攤開的毛巾上，然後抹乾身體，尤其皺摺位
- 5 穿衣服前為BB搽上潤膚膏，完成後穿回尿布，再穿上衣服



5



清潔 臉部和肚臍

- 1 用棉花蘸凍開水由眼睛開始，從眼角抹至眼尾，又抹額頭、面頰、耳、鼻、下巴及人中位置，棉花每抹一次便丟棄，否則只將污物重複抹在BB面上
- 2 BB鼻孔亦要清潔，因為可能有分泌物阻塞呼吸。可用幼身的棉花棒，既安全又柔軟。注意切勿用棉花棒清潔BB耳孔
- 3 初生BB如臍帶還未脫落，可用棉花球蘸開水為BB清潔臍帶，爸媽不用害怕清潔臍帶令BB感痛楚，其實因為臍帶沒有神經線，故BB不會痛。只須輕輕拉起臍帶，另一隻手用棉花球清潔臍帶及肚皮之間的臍隙便可以



2

當爸媽熟習姿勢及步驟後，BB洗澡時便感到舒適，整個過程只需約10至15分鐘。

溫馨提示

- 切勿將浴盆放在座廁上為BB洗澡。加上浴室較為狹窄，為BB安全著想，應在寬闊平坦的地方安放浴盆，建議在客廳中的飯桌，高度適中之餘，亦有足夠空間放置用品。
- BB的體溫比成年人高，洗澡時只需保持室內氣溫攝氏24度便足夠。
- BB皮膚容易過敏，建議選用質地柔軟，舒適和吸水力好的全棉衣物。天氣冷時，可先為BB穿上棉質底衫後才穿羊毛衣。
- 如果選擇有拉鍊或有鈕扣的衫褲，應經常檢查縛帶或衫鈕有沒有鬆脫，以免BB受傷或誤吞硬物
- 購買沐浴用品時，可選擇低敏配方或嬰兒專用沐浴產品。

臍帶一般在出世後約七至十日自動脫落

Baby