

# A | Familie og oppvekst



LUFTING: Det er lurt å la den lille slumpen få luften seg litt mellom bleieskiftene.

# Slik får du bukt med såre babyrumper

Dette er de vanligste årsakene til irritasjon.

Katrine Andreassen, Klikk.no

Oppdatert: 07. apr. 2015 09:42



Rød og sår stump er vondt, og i en tett, fuktig og varm bleie blir det hele gjerne enda verre.

- Regelmessig og god lufting ved bleieskift er det viktigste for å unngå bleieutslett. Pass også på at det ikke ligger væske eller vann som ikke har tørket i hudfoldene rundt barnets rumpe og kjønnsorgan, sier privatpraktiserende helsesøster, Tone Aanderaa

Hun forteller at det er lurt å klappe området tørt etter vask.

Du kan også bruke en hårføner, men husk at det da er svært viktig å holde føneren på god avstand slik at det ikke blir for varmt for babyen.

## Utslett av mat

Også mat kan føre til utslett.

- Hvis barnet får løsere avføring av noe du har spist, eller noe barnet spiser selv, kan du også gjerne prøve å unngå denne maten en periode. Introduser det heller igjen senere, sier hun.

På denne måten kan du forebygge løs mage grunnet mattoleranse.

- Pass også på å gi barnet mat regelmessig, og masser gjerne magen regelmessig så fordøyelsessystemet fungerer optimalt, sier Aanderaa.

#### Kan være sopp

Hudlege Kjetil Guldbakke ved Oslo Hudlegesenter bekrefter at bleieutslett er en veldig vanlig tilstand hos babyer.

- Den kjennetegnes av rød og irritert hud i bleieområdet, sier han.

Den vanligste årsaken til irritasjonen er ifølge hudlegen av huden er i kontakt med urin og avføring.

- Bakterier kan også danne ammoniakk som irriterer huden, og i uttalte tilfeller kan en gjærsopp som heter Candida være medvirkende, sier han.

#### Infisert hud

Dagens bleier er svært nemlig tette, og dette er med på å gi gode forhold for soppinfeksjoner.

Dersom utslettet er rødt, hovent og vedvarer til tross for gode tiltak, er det derfor sannsynlig at huden er infisert.

Apotek 1 anbefaler da å pensle med Krystallfiolett 0,1 % liniment en til to ganger daglig i to til tre dager.

«Linimentet virker både mot bakterier og sopp», skriver Apotek 1 på sine nettsider.

#### Luft stumpen

Uansett årsak kan dette være svært ubehagelig for babyen, og som foreldre går man gjerne til anskaffelse av en rekke ulike kremer og remedier for å få bukt med problemet.

Oftest vil imidlertid det aller enkleste være det beste.

I alle fall i første omgang.

- Hos de fleste vil lufting av huden, vask med en mild såpe og smøring med fuktighetskrem være nok. Sinksalve og babypudder kan også hjelpe med å holde huden tørr. I uttalte tilfeller vil en lege vurdere antiseptiske eller soppdrepende kremer, ofte i kombinasjon med svak kortisonkrem, sier Guldbakke.

#### - Bytt bleiemerke

Også Aanderaa anbefaler å lufte godt når det er mulig slik at huden får puste godt.

Sjekk dessuten om det er en årsak som [gir løs mage](#).

- Vedvarer problemet, er det også lurt å skifte bleiemerke for det kan være individuelt hvilke merker som er best. Bruk dessuten en nøytral sinksalve for å lindre den såre huden. Et godt kjerringråd er for øvrig å bruke potetmel for å lindre sår hud, sier hun.

I dag er det mange som bruker [våtservietter](#) i stedet for kluter til sine små, og en del har erfart at det å slutte med våtservietter har hjulpet på problemet.

#### Les også:

[To får terningkast 6](#)

[Usikker på hva som skjer på seksukerskontrollen?](#)

[- Derfor forsvarer jeg Ferber](#)

#### DETTE KAN FØRE TIL BLEIEUTSLETT

- Hyppige avføringer og diaré
- Tette bleier
- Ømfintlig hudtype
- Allergisk reaksjon på stoffer i bleien eller pleieprodukter  
(Kilde: Apotek 1)

#### FOREBYGGENDE RÅD

- Skift bleie ofte
- Skift bleie med en gang barnet har hatt avføring
- Rengjør huden med vann, olje eller en mild babysåpe
- Unngå sterke såper og spritholdige våtservietter
- Tørk huden godt før du tar på bleien igjen
- La barnet lufte seg uten bleie i perioder  
(Kilde: Apotek 1)

#### SLIK BEHANDLES BLEIEUTSLETTET

- Rengjør huden med babyolje i stedet for såpe og vann
- La barnet ligge en stund uten bleie og lufttørke
- Smør huden i bleieområdet med sinksalve etter hvert stell
- Fjern salverester hver dag
- Bytt bleiemerke og se om det hjelper
- Bruk eventuelt en mild kortisonalve hvis dette ikke hjelper  
(Kilde: Apotek 1, helsesøster Tone Aanderaa og hudlege Kjetil Guldbakke)

#### SISTE FAMILIENYHETER

- 19:00 Her er sommerens aktivitetsguide for bar...
- 18:29 - Jeg vil ikke at mamma legger ut bilder a...
- 18:27 - Foreldrene mine drikker for mye
- 18:24 - Jeg krangler ofte med broren min
- 18:11 - Guttene sier så mye ekkelt
- 18:08 Dette hjelper mot solbrenthet og brennm...
- 18:06 - Jeg klarer ikke å si nei
- 17:59 - Ingen vil være venn med meg
- 17:53 Dette bør du gjøre når myggen eller veps...
- 17:46 - Jeg er bekymret for regnskogen
- 17:41 Slik unngår du å bli kvalm i bilen
- 17:40 - Jeg er redd for sprøyter
- 17:33 - Hvem har jeg lov til å dra på ferie med n...
- 17:32 Hvorfor må jeg være 13 år før jeg kan få ...
- 17:31 Dette hjelper mot brennesle
- 17:17 - Jeg vil spille mer fotball
- 14:21 Dette bør du gjøre når du har slått deg
- 14:17 - Pappa har fått ny kjæreste
- 09:31 Her er de dårligst til å sikre barna i bilen
- 19:00 Vi har testet iste

SE MER ▼