የብሊች ብርዝ እጥበት

አነስተኛ መጠን ያለው ብሊች መታጠብ ለልጅዎ የአቶፒክ የቆዳ በሽታ ጠቃሚ ሊሆን ይችላል። ኢንፌክሽን የሚያስከትሉ ጀርሞችን ለማስወገድ ይረዳል። በብሊች በሚያጥቡ ጊዜአ ይጠንቀቁ። በደንብ ከውሃ ጋር (ያልተቀላቀለ) ብሊች አደገኛ የቤት ውስጥ መርዝ ነው።

የብርዝ ብሊች መታጠቢያዎችን በአስተማማኝ ሁኔታ እንዴት መጠቀም እችላለሁ?

- ያልተበረዘ ብሊች በቀጥታ በቆዳ ላይ አይጠቀሙ።
- በልጅዎ አይኖች ወይም በራስዎ አይኖችዎ ውስጥ በውሃ የተበረዘው ብሊች እንዳይደርስ ያድርጉ።
- በውሃ የተበረዘ ብሊችን አይዋጡ።
- ከተጠቀሙበት በኋላ ወዲያውኑ ማንኛውንም ጥቅም ላይ ያልዋለ ብሊች ወይም በውሃ የተበረዘው ብሊች ያጥፉ።
- የብሊች ጠርሙስ ህጻናት በማይደርሱበት ቦታ ያስቀምጡ።
- ብሊች መጨመር የመታጠቢያ ገንዳዎ አንሸራታች ሊያደርገው ይችላል፣ ስለዚህ ልጅዎ እንዳይወድቅ የበለጠ ይጠንቀቁ።

የብርዝ ብሊች መታጠቢያን እንዴት ማዘጋጀት አለብኝ?

በሳምንት ከ2 እስከ 3 ጊዜ ወይም የልጅዎ ሐኪም በተናገረው መጠን መሰረት ልጅዎ በብርዝ ብሊች ይጠቡት። የሚከተሉትን ቁልፍ እርምጃዎች ይከተሉ፦

1. የተለመደ ሽቶ የሌለው የቤት ውስጥ ፈሳሽ ብሊች ይጠቀሙ (እንደ ክሎሮክስ)። የብሊቹን ውፍረታ ለመፈተሽ ጠርሙሱን ይመልከቱ። በጠርሙሱ ላይ “ብሊች” “ሶዲየም ሃይፖክሎራይት” ተብሎ ሊጠራ ይችላል። ሁለቱም ተመሳሳይ ናቸው። ውፍረታው ከ6 እስከ 8.75% መሆን አለበት።
2. ገንዳውን ለብ ባለ ውሃ ይሙሉት። በተለመደው የመታጠቢያ ገንዳ ውስጥ 40 ጋሎን ገደማ ይኖራል። ግማሽ ገንዳ 20 ጋሎን ያህል ነው።
3. ለመደበኛ **ሙሉ መታጠቢያ ገንዳ** ከ**1** እስከ **4** የሾርባ ማንኪያ **(Tbsp)** ብሊች በመታጠቢያ ውሃ ውስጥ ይከተቱ። ትንሽ ገንዳ ካለዎት ወይም ገንዳውን ሙሉ በሙሉ ካልሞሉ ለእያንዳንዱ ጋሎን ውሃ **1** እስከ **2** የሻይ ማንኪያ (ሻ.ማን) ብሊች ይጠቀሙ። የመታጠቢያ ገንዳዎን ለመለካት የጋሎን ወተት ጆግ መጠቀም ይችላሉ። መጀመሪያ ላይ ምን ያህል እንደሚጠቀሙ የልጅዎን የጤና እንክብካቤ አቅራቢ ይጠይቁ።
4. በውሃ ውስጥ የተጨመረው ብሊች በስፓታላ፣ በማንኪያ ወይም በእጅዎ ሙሉ በሙሉ ይቀላቀሉ።
5. ልጅዎ በክሎሪን ውሃ ውስጥ ለ10 ደቂቃ ያህል እንዲርስ ያድርጉት። ለትናንሽ ልጆች የደረቀውን እና የተጎዱትን የሰውነት ክፍሎች በብርዝ ብሊች የመታጠቢያ ውሃ ለማራስ ጨርቅ ወይም ስፖንጅ ይጠቀሙ።
6. በብርዝ ብሊች መታጠብ መጨረሻ ላይ የልጅዎን ቆዳ በአዲስ፣ ንጹህ እና ለብ ባለ ውሃ በደንብ ያጠቡ።
7. የልጅዎን ቆዳ በጥንቃቄ ያድርቁት።
8. በልጅዎ ቆዳ ላይ መድሃኒት ወይም ሞይስቸራይዘር (ወይም ሁለቱንም) ያድርጉ።

የበለጠ ለማወቅ

- ደርማቶሎጂ
  206-987-2158
- የልጅዎን የህክምና እንክብካቤ አቅራቢን ይጠይቁ
- seattlechildrens.org

ነጻ የአስተርጓሚ አገልግሎቶች

- በሆስፒታል ውስጥ ከሆነ፣ ነርስዎን ይጠይቁ።
- ከሆስፒታል ውጪ ለሆነ ቦታ፣ ወደ ነጻ የቤተሰብ የትርጉም አገልግሎት ስልክ መስመር በ 1-866-583-1527 ላይ ይደውሉ። ለአስተርጓሚዉ የሚፈልጉትን ስም ወይም ኤክስቴንሽን ይንገሩ።

Seattle Children's
HOSPITAL • RESEARCH • FOUNDATION

Seattle Children's መስማት ለተሳናቸዉ፣ መስማት ለሚቸገሩ ወይም ከእንግሊዝኛ የተለየ ቋንቋ ለሚናገሩ ታካሚዎች፣ የቤተሰብ አባላትና የህግ ተወካዮች፣ ነጻ የአስተርጓሚ አገልግሎቶች ይሰጣል። በጥያቄ መሰረት Seattle Children's ይህን መረጃ በአማራጭ ፎርማቶች እንዲገኝ ያደርጋል። የቤተሰብ መርጃ ማዕከልን በ206-987-2201 ላይ ይደውሉ። ይህ የመረጃ መስጫ ጽሁፍ በSeattle Children's ክሊኒካል ሰራተኞች ተገምግሟል። ነገር ግን፣ የእርስዎ ፍላጎቶች ልዩ ናቸዉ። በዚህ መረጃ መሰረት ወደ ተግባር ከመግባትዎ ወይም ከመተማመንዎ በፊት፣ እባክዎ የእርስዎን የጤና እንክብካቤ አቅራቢ ያነጋግሩ።

4/24
PE1131AM

© 2024 Seattle Children's, Seattle, Washington. መብቱ በህግ የተጠበቀ ነዉ።

Dilute Bleach Baths

Baths with a small amount of bleach in them can be helpful for your child's atopic dermatitis. It helps get rid of germs that cause infections. Be careful when giving bleach baths. Bleach that is not very watered down (diluted) is a dangerous household poison.

How can I use dilute bleach baths safely?

- Never use undiluted bleach directly on the skin.
- Avoid getting dilute bleach water in your child's eyes or in your eyes.
- Do not swallow dilute bleach water.
- Throw away or drain any unused bleach or bleach water right after use.
- Keep bleach bottle out of reach of children.
- Adding bleach can make your bathtub slippery, so be extra careful to keep your child from falling.

How should I prepare a dilute bleach bath?

Give your child dilute bleach baths 2 to 3 times a week, or as often as your child's doctor says you should. Follow these steps:

1. Use common unscented household liquid bleach (like Clorox). Look at the bottle to check the concentration of bleach. On the bottle, "bleach" might be called "sodium hypochlorite." These mean the same thing. The concentration should be about 6 to 8.75%.
2. Fill up the tub with lukewarm water. There are about 40 gallons in a normal bathtub. A half-full tub is about 20 gallons.
3. Pour **1 to 4 tablespoons (Tbs)** of bleach into the bath water for a normal **full bathtub**. If you have a **smaller tub** or if you do not fill the tub all the way, use **1 to 2 teaspoons (tsp)** of bleach for each gallon of water. You can use a gallon milk jug to measure your bathtub. Ask your child's healthcare provider how much to use at first.
4. Completely mix the added bleach in the water with a spatula, a spoon or with your hand.
5. Have your child soak in the chlorinated water for about 10 minutes. For smaller children, use a cloth or sponge to soak the dry, scaly parts of the body with the dilute bleach bathwater.
6. At the end of the bleach bath, rinse your child's skin very well with fresh, clean, lukewarm water.
7. Gently pat your child's skin dry.
8. Put medicine or moisturizer (or both) on your child's skin.

To Learn More

- Dermatology
  206-987-2158
- Ask your child's healthcare provider
- seattlechildrens.org

Free Interpreter Services

- In the hospital, ask your nurse.
- From outside the hospital, call the toll-free Family Interpreting Line, 1-866-583-1527. Tell the interpreter the name or extension you need.

Seattle Children's offers free interpreter services for patients, family members and legal representatives who are deaf or hard of hearing or speak a language other than English. Seattle Children's will make this information available in alternate formats upon request. Call the Family Resource Center at 206-987-2201. This handout has been reviewed by clinical staff at Seattle Children's. However, your needs are unique. Before you act or rely upon this information, please talk with your healthcare provider.

© 2024 Seattle Children's, Seattle, Washington. All rights reserved.

4/24
PE1131