

## Συνιστώμενη διαδικασία για την αλλαγή πάνας σε βρέφη

### 1. Συγκεντρώστε όλα όσα θα χρειαστείτε σε σημείο που να μπορείτε να τα φτάσετε προτού φέρετε το παιδί για αλλαγή

- Πλύνετε τα χέρια σας
- Τοποθετήστε προστατευτικό κάλυμμα στην περιοχή αλλαγής
- Φροντίστε να μην υπάρχουν αντικείμενα που να μπορεί να ακουμπήσει το παιδί

### 2. Αποφύγετε την επαφή με λερωμένα αντικείμενα

- Συστήνεται η χρήση γαντιών μιας χρήσης
- Μην αγκαλιάζετε το παιδί με κίνδυνο να λερωθούν τα ρούχα σας



### 3. Αφαιρέστε τη λερωμένη πάνα

- Αποφύγετε την επαφή με καθαρές επιφάνειες κατά την αφαίρεση της λερωμένης πάνας και τυχόν λερωμένων ρούχων
- Διπλώστε τη λερωμένη επιφάνεια της πάνας προς τα μέσα και απορρίψτε τη σε κάδο με πλαστική σακούλα
- Τοποθετήστε τυχόν λερωμένα ρούχα σε μία σακούλα καλά κλεισμένη και παραδώστε τη στους γονείς

### 4. Καθαρισμός του παιδιού

- Χρησιμοποιήστε μαντηλάκια μίας χρήσης ή πλύνετε το παιδί με τρεχούμενο νερό και σαπούνι – σκουπίστε το καλά
- Απορρίψτε τα μαντηλάκια σε κάδο με πλαστική σακούλα
- Απομακρύνετε και απορρίψτε το προστατευτικό κάλυμμα σε κάδο με πλαστική σακούλα
- Αν φορέσατε γάντια απορρίψτε και αυτά



### 5. Τοποθετήστε μία καθαρή πάνα και ντύστε το παιδί

- Θυμηθείτε να ενημερώσετε σε περίπτωση που αντιληφθείτε δερματικά ή άλλα προβλήματα
- Πλύνετε τα χέρια του παιδιού

### 6. Καθαρίστε και απολυμάνετε την επιφάνεια αλλαγής της πάνας

### 7. Πλύνετε τα χέρια σας σχολαστικά!



