



เล็บของทารกจะยาวเร็วค่ะ คุณแม่ควรตัดเล็บมือ เล็บเท้าของลูกให้สั้นอยู่เสมอ เพราะหากปล่อยให้เล็บยาวเกินไป เล็บนั้นอาจไปข่วนใบหน้าของเขาจนเกิดบาดแผลขึ้นมาได้ โดยการตัดนั้นควรตัดให้เป็นแนวตรง นอกจากนี้ควรหาถุงมือมาสวมให้ลูก เพื่อป้องกันไม่ให้เล็บของเขาไปข่วนตัวเขาเองค่ะ เล็บของทารกจะยาวเร็วค่ะ คุณแม่ควรตัดเล็บมือ เล็บเท้าของลูกให้สั้นอยู่เสมอ เพราะหากปล่อยให้เล็บยาวเกินไป เล็บนั้นอาจไปข่วนใบหน้าของเขาจนเกิดบาดแผลขึ้นมาได้ โดยการตัดนั้นควรตัดให้เป็นแนวตรง นอกจากนี้ควรหาถุงมือมาสวมให้ลูก เพื่อป้องกันไม่ให้เล็บของเขาไปข่วนตัวเขาเองค่ะ ฟังดูเหมือนง่ายใช่ไหมคะ แต่สำหรับคุณแม่มือใหม่แล้ว เรื่องนี้ไม่ง่ายเลยคะ บางคนไม่กล้าตัดเล็บให้ลูกเพราะกลัวพลาดแล้วจะทำให้ลูกเจ็บ เรามีเคล็ดลับที่จะช่วยให้คุณแม่มือใหม่ตัดเล็บแบบคุณแม่มือโปรมาฝากค่ะ



เพื่อความปลอดภัยของลูกและเพื่อความสะอาดของคุณแม่ กรรไกรตัดเล็บที่ใช้ควรจะเป็นกรรไกรตัดเล็บสำหรับทารกโดยเฉพาะ กรรไกรชนิดนี้หาไม่ยากเลยคะ ตามแผนกอุปกรณ์เครื่องใช้เด็กมีให้เลือกหลากหลาย มีทั้งแบบที่รูปร่างคล้ายกรรไกรตัดเล็บธรรมดาแต่มีแฉกขยายติดไว้เพื่อให้คุณแม่ตัดเล็บได้แม่นยำขึ้น, แบบที่มีไฟฉายเล็กๆ ติดอยู่เพิ่มความสว่างให้มองเห็นได้ชัดขึ้น, กรรไกรตัดเล็บชนิดที่รูปร่างคล้ายกรรไกรที่คุณแม่ใช้ตัดสิ่งของต่างๆ แต่ส่วนปลายกรรไกรจะมีขนาดเล็กและปลายมน เพื่อให้ตัดได้ง่ายและไม่เป็นอันตราย ไปจนถึงเครื่องตัดเล็บไฟฟ้าที่ใช้พลังงานจากแบตเตอรี่ ที่จะค่อยๆ ฝนปลายเล็บของลูก ทำให้เล็บสั้นลงได้ โดยที่ไม่ใช่การตัด

#### เตรียมพร้อมก่อนลงมือ

เพื่อความสะอาดให้คุณแม่ใช้แอลกอฮอล์เช็ดขจัดสิ่งสกปรกหรือเชื้อโรคที่อาจติดอยู่บนกรรไกรก่อน หากเล็บลูกแข็งอาจใช้โลชั่นทาที่เล็บลูกแล้วนวดเบาๆ สักพักก่อนจะช่วยให้เล็บนุ่มลงได้ แต่ต้องระวังเพราะความชื้นของโลชั่นอาจทำให้ตัดพลาดได้ สำหรับคุณแม่มือใหม่ที่ยังไม่ชำนาญการตัดเล็บให้ลูก

ควรรอเวลาให้เขาหลับก่อนค่อยตัดจะดีกว่าค่ะ โดยเริ่มแรก คุณแม่ต้องหาตำแหน่งที่ง่ายต่อการเข้าถึงเล็บของลูก ใช้มือข้างหนึ่งจับมือและนิ้วของลูกให้มั่น แล้วใช้มืออีกข้างงัดมือตัดเล็บให้เขา โดยไม่ต้องออกแรงมากเพราะเล็บของเด็กยังค่อนข้างบาง และควรตัดให้ขาดในครั้งเดียวเพราะการค่อยๆ ตัดแบบเล็มหลายๆ ครั้งจะทำให้เล็บมีเหลี่ยมมุมที่แหลมหลายจุดเมื่อเล็บไปข่วนกับผิวจะเกิดรอยได้ง่าย สำหรับคุณแม่ที่ตัดเล็บลูกจนชำนาญแล้วอาจเปลี่ยนมาตัดหลังอาบน้ำให้ลูกเสร็จใหม่ๆ ก็ได้ค่ะเพราะจะเป็นช่วงที่เล็บนุ่มและตัดง่าย

### อย่าตกใจเมื่อทำพลาด

ถ้าหากเกิดความผิดพลาดขึ้นในระหว่างที่กำลังตัดเล็บให้เจ้าน้องน้อยจนทำให้เลือดออกแล้วละก็ คุณแม่อย่าเพิ่งตกใจจนทำอะไรไม่ถูกนะคะ วิธีปฐมพยาบาลแบบง่ายๆ คือการใช้สำลีหรือผ้านุ่มๆ มาปิดขั้วห้ามเลือดไว้ เมื่อเลือดหยุดแล้วไม่จำเป็นต้องใช้ผ้าปิดแผลหรือใส่ยา ล้างแผลด้วยน้ำสะอาดหรือใช้น้ำเกลือเช็ดก็พอค่ะ ถ้ากลัวว่าเขาจะเอามือเข้าปากหรือแผลจะสัมผัสเชื้อโรค ให้สวมถุงมือให้ลูก โดยกลับเอาถุงมือด้านที่มีตะเข็บไว้ด้านนอกเพื่อป้องกันตะเข็บผ้าหรือเศษตาข่ายไปสร้างความระคายเคืองบาดแผลของเขา

### ควรตัดเล็บบ่อยแค่ไหน

เด็กบางคนมีเล็บยาวมาตั้งแต่เกิด หากจะตัดเล็บลูกในช่วงสัปดาห์แรกควรใช้วิธีการตะไบหรือฝนเล็บก่อน เพราะว่าเล็บของเขายังนุ่มอยู่ สำหรับความเชื่อที่ว่าห้ามตัดเล็บเด็กทารกก่อนอายุครบ 1 เดือน เพราะจะทำให้เด็กเจ็บป่วยได้ง่ายนั้น เนื่องจากในสมัยก่อนยังไม่มีอุปกรณ์ตัดเล็บช่วยให้คุณแม่ตัดเล็บลูกได้อย่างแม่นยำเหมือนปัจจุบัน การตัดเล็บจึงมีโอกาสพลาดได้สูง ในยุคนี้คุณแม่สามารถตัดเล็บให้เขาได้เมื่อสังเกตว่าเล็บเริ่มยาว โดยเล็บมือของทารกจะยาวไว้มาก จนคุณแม่อาจต้องตัดเล็บให้เขาทุกสัปดาห์ ส่วนเล็บเท้าจะยาวช้ากว่าค่ะ

แสดงแบบ : ด.ญ.ปณิชาพร จ้อยรักษา