



Kaj je popkovni krn?

Popkovni krn je ostanek popkovine, ki v obdobju nekaj dni do dveh tednov po rojstvu običajno sam odpade. Do takrat je pomembno, da starši skrbno negujejo predel popka, saj je to področje, kjer se lahko razvije okužba. Pravilna higiena zmanjša tveganje za zaplete in spodbuja naravno celjenje.

Kako poteka celjenje popka?

Popkovni krn se postopoma suši, potemni in običajno odpade do drugega tedna življenja, v primeru debele popkovine tudi kasneje. Na mestu odpadlega krna se rana zaceli v nekaj dneh. V tem času je lahko prisoten rahlo rumenkast izcedek ali kapljica krvi – to je običajen del celjenja.

Navodila za vsakodnevno nego zdravega popka

- **Popkovni predel je treba ohranjati čist in suh.**
- Pri previjanju **pleničko prepognite**, tako da ne pokriva popka.
- Pred čiščenjem si umijte ali razkužite roke. **Poppek očistite s sterilno fiziološko raztopino** enkrat dnevno (ali večkrat, če je prisotna umazanija ali izcedek). Uporabite netkane sterilne zložence – popek nežno razprite in obrišite, brez drgnjenja, z enim potegom.
- **Ne uporabljajte alkoholnih raztopin, mazil ali praškov**, razen če vam to posebej svetuje zdravstveno osebje.
- Po čiščenju območje **rahlo osušite** z nežnim dotikom čiste in suhe sterilne gaze ali pustite, da se posuši na zraku.
- Otroka kopajte šele, ko je popek popolnoma suh in zaceljen.

Kaj je lapizacija in kdaj se izvaja?

Včasih se na dnu popka razvije popkovni granulom – to je majhna, vlažna, rožnata tvorba, ki ni nevarna, a se ne zaceli sama.

Zdravnik lahko v takem primeru izvede postopek lapizacije, pri katerem se na granulom nanese srebrov nitrat (AgNO_3) s palčko. Ta kemična snov posuši tkivo in pospeši celjenje. Postopek je hiter, popolnoma neboleč in brez potrebe po anesteziji. Po lapizaciji lahko koža začasno potemni – to je normalen učinek srebrovega nitrata.

Kdaj k zdravniku?

- Če se pojavijo rdečina, oteklina kože okrog popka ali gnojen in smrdeč izcedek iz popka,
- če pride do vztrajne krvavitve ali vodenega izcedka iz popka,
- če se popek ne zaceli več kot 2 tedna po odpadlem krnu,
- če je dojenček razdražljiv, ima povišano telesno temperaturo ali je nenavadno zaspan.



Gradivo je informativne narave in kot tako namenjeno izključno splošnemu informiranju. Gradivo ne more nadomestiti pregleda pri zdravniku. Opisane informacije so splošne narave in morda niso primerne za vsak posamezen primer. V primeru nejasnosti ali vprašanj se posvetujte s svojim zdravnikom, v primeru nujnih stanj vedno pokličite 112. Gradivo temelji na smernicah, veljavnih v maju 2026. Pregledali so ga pediatri in zdravniki, ki obravnavajo otroke in mladostnike. Avtorji gradiva ne zagotavljajo, da so informacije vedno popolne, popolnoma posodobljene ali primerne za vsak klinični primer. Prav tako ne prevzemajo odgovornosti za kakršnekoli posledice, ki bi lahko nastale zaradi uporabe navedenih informacij. Uporaba gradiva je na lastno odgovornost.