

**In LEBEN & ERZIEHEN - Das Elternmagazin vom
Februar 2/2018: Dr. med. Tanja Friedl gibt Tipps für die
Hautpflege von Babys und Kindern**



Babypflege

So
sanft
wie du, mein
Kind

Wenn sich Mama eincremt, darf es gern duften und schimmern, bei Babys und Kleinkindern lieber nicht.

Hier sollten Eltern auf unnötige Inhaltsstoffe verzichten. Kleine Kinder brauchen für ihre sensible Haut ihre eigene, ganz zarte Pflege

So richtig fertig ist an diesen winzigen Wesen anfangs eigentlich nichts. Sie müssen wachsen, lernen, üben und brauchen dabei unsere Unterstützung. Für Babys Haut gilt das genauso. Auch sie ist nicht ausgereift, wenn das Kind auf die Welt kommt. Sie kann die Feuchtigkeit noch nicht gut speichern und trocknet schneller aus; die Hautbarriere schafft es nicht, Keime zuverlässig abzuwehren; es fehlen pigmentbildende Zellen (Melanin). Heißt im Klartext: Bis die Haut vollständig entwickelt ist und ihre Schutzfunktion erfüllen kann, braucht sie erst mal selber Schutz, und zwar „mit speziell auf sie abgestimmten Pflegeprodukten“, sagt die Hebamme Claudia Dachs.

Für Babys bitte nur die Crème de la Crème

Was Mamas an ihren eigenen Produkten zur Körperpflege so mögen, den Duft oder einen zarten Schimmer, ist für Baby- und Kinderhaut nicht geeignet. „Babypflege soll die Haut verbessern, sie darf sie auf keinen Fall reizen oder später Allergien auslösen“, meint Hautärztin Dr. Tanja Friedl aus Freyung im Bayerischen Wald. „Bezogen auf die Inhaltsstoffe ist deshalb weniger ganz klar mehr.“

Und das bedeutet: So wenig Konservierungsstoffe wie möglich, keine Duftstoffe und Vorsicht bei allergieverdächtigen Stoffen. Hier klärt die Dermatologin auch gleich einen weitverbreiteten Irrtum auf: Pflanzliche Inhaltsstoffe sind nicht immer automatisch harmlos, einige haben ein allergisierendes Potenzial, wie beispielsweise Arnika und Propolis (Bienenharz). Auch die Hebamme →

Wie Sie gute Pflegeprodukte für Ihr Kind finden, steht auf S. 46

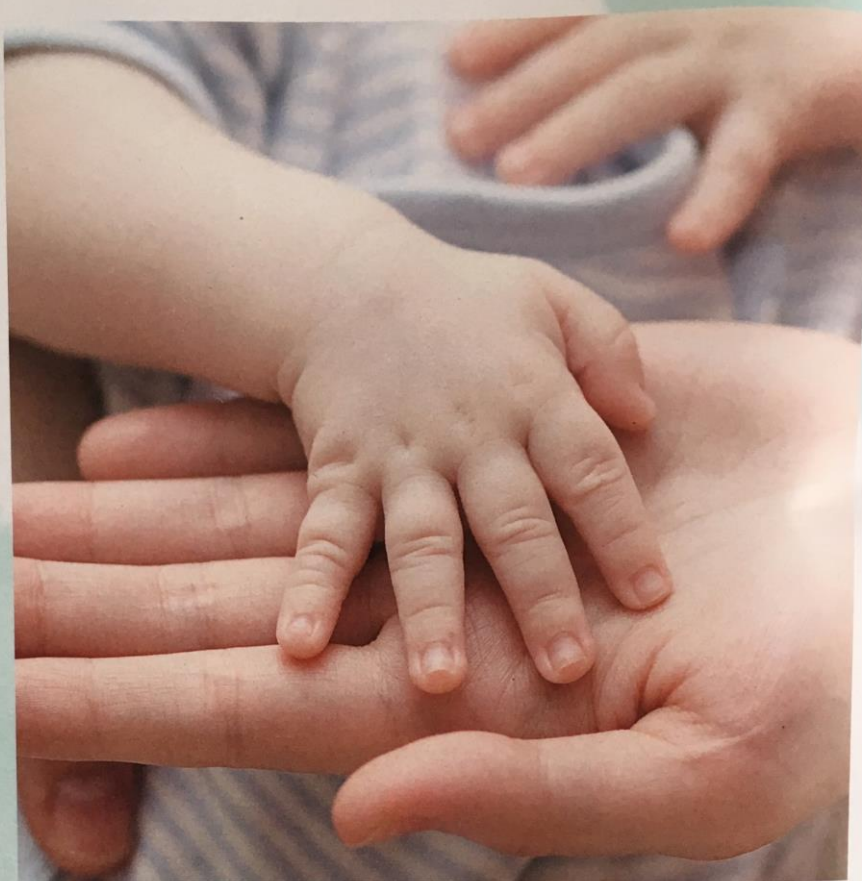
Unsere Expertinnen



Dr. Tanja Friedl
ist Hautärztin
und Allergologin
mit eigener Praxis
in Freyung/
Bayerischer Wald



Claudia E. Dachs
leitet die
Berufsfachschule
für Hebammen und
Entbindungspfleger
am Klinikum
Augsburg:
Mit Kollegen hat sie
das Hebammen-
handbuch
„Evidenzbasierte
Pflege der
Säuglingshaut“
geschrieben
(Thieme, 4,99 Euro)



→ Claudia Dachs rät davon ab, für die Babypflege zu Hausmitteln wie Olivenöl zu greifen: „Die Qualität ist schwankend, zudem ist es dermatologisch nicht geprüft.“ In ihrer reinen Form ganz neutral und deshalb besonders verträglich sind dagegen die immer wieder diskutierten Paraffinöle, „deshalb haben sie auch ihre Berechtigung in der Babypflege“, sagt Claudia Dachs.

Wie finden Eltern aber die Pflege, die ihr Kind braucht? „Ausprobieren“, rät Dr. Friedl, „und die eigenen Sinne einsetzen.“ Also einfach mal an der Creme oder Lotion schnupern. Duftet sie sehr intensiv, besser nicht verwenden. Der Aufdruck „frei von“ ist ein weiterer Anhaltspunkt, weil er sofort zeigt, auf welche problematischen Inhaltsstoffe verzichtet wurde. Werden weniger oder gar keine Konservierungsstoffe verwendet, hat das natürlich Auswirkungen auf die Haltbarkeit nach dem Öffnen, die auf jeder Packung vermerkt ist.

Was genau drinsteckt, steht auf dem Etikett

Leider können sich Eltern nicht immer auf den Zusatz „sensitiv“ oder „für Babys“ verlassen, denn es gibt keine gesetzlichen Vorgaben, was hinter diesen Bezeichnungen steckt. Gerade bei Kindern, die zu Allergien neigen, sollten Eltern trotz dieser Angabe die Liste der Inhalts-

Weil Kinder
besonders sind,
brauchen sie auch eine ganz
besondere Pflege

Dr. Tanja Friedl
ist Hautärztin
und Allergologin
mit eigener Praxis
in Freyung/
Bayerischer Wald

Claudia E. Dachs
leitet die
Berufsfachschule
für Hebammen und
Entbindungspfleger
am Klinikum
Augsburg.
Mit Kollegen hat sie
das Hebammen-
handbuch
„Evidenzbasierte
Pflege der
Säuglingshaut“
geschrieben
Thieme, 4,99 Euro

→ Claudia Dachs rät davon ab, für die Babypflege zu Hausmitteln wie Olivenöl zu greifen: „Die Qualität ist schwankend, zudem ist es dermatologisch nicht geprüft.“ In ihrer reinen Form ganz neutral und deshalb besonders verträglich sind dagegen Paraffinöle, „deshalb haben sie auch ihre Berechtigung in der Babypflege“, sagt Claudia Dachs.

Wie finden Eltern aber die Pflege, die ihr Kind braucht? „Ausprobieren“, rät Dr. Friedl, „und die eigenen Sinne einsetzen.“ Also einfach mal an der Creme oder Lotion schnupfen. Dufftet sie sehr intensiv, besser nicht verwenden. Der Aufdruck „frei von“ ist ein weiterer Anhaltspunkt, weil er sofort zeigt, auf welche problematischen Inhaltsstoffe verzichtet wurde. Werden weniger oder gar keine Konservierungsstoffe verwendet, hat das natürlich Auswirkungen auf die Haltbarkeit nach dem Öffnen, die auf jeder Packung vermerkt ist.

Was genau drinsteckt, steht auf dem Etikett

Leider können sich Eltern nicht immer auf den Zusatz „sensitiv“ oder „für Babys“ verlassen, denn es gibt keine gesetzlichen Vorgaben, was hinter diesen Bezeichnungen steckt. Gerade bei Kindern, die zu Allergien neigen, sollten Eltern trotz dieser Angabe die Liste der Inhalts-

Weil Kinder
besonders sind,
brauchen sie auch eine ganz
besondere Pflege

46 Lehen & erziehen 2/2018

Ins Winterwunderland
geht's mit
einer Extra-Cremeschicht

stoffe genau lesen. Wichtig ist grundsätzlich, so Hebammen Claudia Dachs, dass die Pflege- und Reinigungsprodukte dem pH-Wert von Kinderhaut entsprechen, der im leicht sauren Bereich bei 5,5 liegt (auf der Packung ist dann oft „pH-hautneutral“ angegeben).

Lotionen sind streichzart und pflegeleicht

Und noch ein Tipp: neben den Inhaltsstoffen auch auf die Konsistenz achten. Die Pflege sollte sich leicht verstreichen lassen und nicht kleben. Das klappt am besten mit einer Lotion, die der Haut viel Feuchtigkeit gibt. Sie reicht im Normalfall aus. Die Ausnahme ist der Winteraus-

Flug, bei dem die Haut mit einer hochkonzentrierten Cremeschicht geschützt werden muss (in Sonnencremes, wenn die Familie zum Beispiel in den Bergen unterwegs ist). Eine dickere Konsistenz haben auch Wundschutzcremes, die vor Entzündungen im Wundbereich schützen und deshalb oft Zink und/oder Panthenol enthalten. Aber auch wenn Glitter und Duft in der Balneofeine nichts verlei-

SILVIA SCHMIDT

Bestätigt von Hebammen
94%

„Aufgrund der parfümfreien und milden Formulierung, optimal für die Pflege empfindlicher Babyhaut geeignet.“



Penaten
Ultra Sensitiv
pflegt empfindliche
Babyhaut.

Ohne Parfüm. Ohne Farbstoffe

Penaten engagiert sich für bessere
Babyhygiene – jeden Tag, seit über 150 Jahren.
Und diese Erfahrung steckt auch in der neuen
Ultras Sensitiv Pflegeleine. Sie schont und
pflegt selbst hochsensible Babyhaut und ist
frei von Parfüm und Farbstoffen. Auch der
Deutsche Allergie- und Asthma Bund (DAAB)
hat bestätigt, dass die Penaten Ultras
Sensitiv Pflegeleine gut für empfindliche,
zu Allergien neigende Haut geeignet ist**

Wir schützen, was wir lieben
Seit 1904.

Ins Winterwunderland
geht's mit
einer Extra-Cremeschicht

stoffe genau lesen. Wichtig ist grundsätzlich, so Hebamme Claudia Dachs, dass die Pflege- und Reinigungsprodukte dem pH-Wert von Kinderhaut entsprechen, der im leicht sauren Bereich bei 5,5 liegt (auf der Packung ist dann oft „ph-haut-neutral“ angegeben).

Lotionen sind streichzart
und pflegeleicht

Und noch ein Tipp: neben den Inhaltsstoffen auch auf die Konsistenz achten. Die Pflege sollte sich leicht verstreichen lassen und nicht kleben. Das klappt am besten mit einer Lotion, die der Haut viel Feuchtigkeit gibt. Sie reicht im Normalfall aus. Die Ausnahme ist der Winteraus-

flug, bei dem die Haut mit einer reichhaltigeren Cremeschicht geschützt werden muss (plus Sonnencreme, wenn die Familie zum Beispiel in den Bergen unterwegs ist). Eine dickere Konsistenz haben auch Wundschutzcremes, die vor Entzündungen im Windelbereich schützen und deshalb oft Zink und/oder Panthenol enthalten. Aber auch wenn Glitter und Duft in der Babypflege nichts verlor-

ren haben und besser bei Mama im Badschrank bleiben, heißt das nicht, dass Groß und Klein nicht teilen dürfen – nur eben andersrum: Die hoch verträglichen Produkte für Babys, vom Reinigungsgel bis zur Körper lotion, darf jederzeit auch der Rest der Familie benutzen. □

SILVIA SCHMID