

Beratung kompakt

Pflegeempfehlungen für gesunde Babyhaut

Evidenzbasierte wissenschaftliche Empfehlungen für die allgemeine Pflege gesunder Babyhaut von Geburt bis zum ersten Lebensjahr:¹



Erstes Bad beim Neugeborenen, sobald die Körpertemperatur stabil ist, auch wenn der Nabelschnurrest noch nicht abgefallen ist.



Regelmäßiges Baden 2- bis 3-mal pro Woche (oder öfter) ist dem Waschen mit dem Waschlappen vorzuziehen. Im Rahmen des Abendrituals kann das Baden den Schlaf verbessern.



Badedauer & Temperaturen

Dauer: 5 bis 10 Minuten (bei Neugeborenen)
Wassertemperatur: 37 bis 37,5°C
Raumtemperatur: 21 bis 24°C



Badezusatz: Um den Hautreifungsprozess nicht zu beeinflussen, sollte das Badewasser nur einen milden, speziell für Säuglinge entwickelten flüssigen Badezusatz (keine Seife) oder gar keinen Badezusatz enthalten.



Nach dem Baden sollte der Säugling unmittelbar mit einem Handtuch bedeckt und sanft trocken getupft werden, damit er nicht auskühlt.



Anschließend kann der Säugling **mit einem Babypflegeprodukt** eingecremt werden. Pflegeprodukte sollten mindestens 2-mal pro Woche dünn aufgetragen werden. Auch ein Babyöl kann, dünn aufgetragen, vorübergehende Hauttrockenheit mildern. Speiseöle sollten nicht für Babys Haut verwendet werden.

Ein **mildes Babypflegeprodukt** unterstützt die Hautschutzbarriere positiv.



Der Windelbereich kann von Geburt an und bei jedem Windelwechsel mit feuchten **Reinigungstüchern** gereinigt werden oder alternativ mit trockenen Vliestüchern/Waschlappen + Wasser. Reinigungstücher sollten den schwach sauren Bereich der Haut erhalten.

Bade-Sicherheit

- Das Badegefäß muss einen sicheren Stand haben.
- Wassertiefe bis zu den Hüften (~5 cm).
- Badegefäß und Badespielzeuge sind potenzielle Keimträger und sollten regelmäßig gereinigt werden. Badematten, die bei ölhaltigen Bädern verwendet werden sollen, um die Rutschgefahr zu reduzieren, sollten regelmäßig desinfiziert werden.
- Das Kind nie im Badegefäß allein lassen und kleinen Kindern nicht erlauben, das Baby allein zu waschen.

Richtig ausgewählt: Pflegeprodukte für Babys

- ✓ Milde Pflege speziell für Babyhaut entwickelt
- ✓ Verträglichkeit dermatologisch bestätigt
- ✓ Waschprodukte: pH-hautneutral & rückfettend
- ✓ Hochwertig: mit natürlichen Pflanzenölen

Frei von

- allergieverdächtigen Duftstoffen (nach Kosmetik VO)
- ätherischen Ölen, weil einige davon zu Allergien führen können
- PEG-Emulgatoren
- Alkohol (Ethanol)
- Paraben
- Seifen (nur mit milden Waschsubstanzen)

Basispflege bei besonders trockener/zu Neurodermitis neigender Haut

- Regelmäßiges Eincremen der Haut mit reichhaltigen Pflegeprodukten (leichte Fälle: 1-2 x täglich), die die Haut mit pflegenden Inhaltsstoffen und vor allem Feuchtigkeit versorgen.²
- Produkte ohne allergieauslösende Inhaltsstoffe.
- Individuellen Hautzustand, Alter des Kindes und Jahreszeit berücksichtigen.
- Experten empfehlen auch handelsübliche Präparate, sofern deren Verträglichkeit dermatologisch getestet wurde.

hipp-fachkreise.de • hipp-fachkreise.at

Literatur:

- 1 Blume-Peytavi U. et al.: Recommendations from a European Roundtable Meeting on Best Practice Healthy Infant Skin Care. *Pediatr Dermatol.* 2016; 33(3): 311-321
- 2 Werfel T et al. S2k Leitlinie Neurodermitis. AWMF 2015; Leitlinien-Register Nr. 13/027

HiPP Babysanft:
Verträglichkeit bei
hochsensibler Haut
dermatologisch
bestätigt



Ein Service von HiPP für medizinische Fachberufe