

Beratung kompakt

Pflege der sensiblen Babyhaut im Winter



Die Haut von Säuglingen ist einzigartig und unterscheidet sich deutlich von der Haut Erwachsener. Die Hautschutzbarriere ist noch nicht ausgereift. Daher benötigt Säuglingshaut einen besonderen Schutz. Das gilt im Besonderen für die kalte Jahreszeit.

Säuglingshaut: Unterschiede zur Erwachsenenhaut^{1,2}

Das Stratum corneum ist um ca. 30% und die Epidermis um ca. 20% dünner.

Höhere Wasserdurchlässigkeit und weniger natürliche Feuchtigkeitsbinder → der transepidermale Wasserverlust ist erhöht und die Haut trocknet leichter aus.

Die Barrierefunktion der Haut und der Säureschutzmantel sind noch nicht voll entwickelt. Eine gestörte Hautbarriere begünstigt spätere Allergien oder Atopien.

Hautschutzbarriere stärken³

Geeignete Cremes und Lotionen können die Hautschutzbarriere stärken. Die Säuglingshaut sollte mindestens zweimal wöchentlich eingecremt werden.

Dabei sollte die Pflege der Haut auch der Jahreszeit angepasst werden.

Auswirkung der Kälte auf die Haut^{3,4,5}



In der kalten Jahreszeit wird die Haut besonders strapaziert. Die Luft wird mit fallenden Temperaturen trockener. Die geringe Luftfeuchtigkeit begünstigt die Austrocknung der Haut. Durch die trockene Heizungsluft wird die Haut zusätzlich strapaziert.

Ohne die nötige Feuchtigkeit verlieren die Bestandteile der Hautschutzbarriere ihren Zusammenhalt und es kommt zu einem erhöhten transepidermalen Wasserverlust.

Bei kühleren Temperaturen benötigt die Haut daher mehr Feuchtigkeit und Fett und damit eine reichhaltigere Pflege als in der wärmeren Jahreszeit.

Pflege trockener Haut



Regelmäßiges Eincremen mit einer reichhaltigen Creme oder Lotion versorgt die Haut mit Feuchtigkeit und Fett. Bei sehr trockener oder zu Neurodermitis neigender Haut sollte die Haut mehrmals täglich eingecremt werden.

Pflegeprodukte für die empfindliche und trockene Haut enthalten idealerweise pflanzliche Öle (z.B. Mandel- oder Sonnenblumenöl mit hohem Reinheitsgrad). Sie sind reich an mehrfach ungesättigten Fettsäuren, die denen der Haut ähneln und gut in die Haut einziehen.⁶

Glycerin in Pflegeprodukten wirkt feuchtigkeitsspendend und bindet Wasser in der Haut.

Wann ist eine wasserfreie Creme notwendig?

Für die tägliche Pflege ist Wasser in Cremes nicht von Nachteil, denn ein wasserfreier Fettbalsam wäre für die tägliche Anwendung zu fettig.

Bei sehr kalter Witterung mit Minusgraden ist ein spezieller Schutz ohne Wasseranteil sinnvoll, da sonst das Wasser auf der Haut gefrieren könnte. Diese Gefahr besteht bei Außentemperaturen von unter -10°C, da dann die Hautoberfläche auf 0°C abkühlen kann. Bei einer Kombination von Kälte und starkem Wind kann dieser Wert noch früher erreicht werden.

hipp-fachkreise.de · hipp-fachkreise.at

Literatur:

1 Nikolovski J et al. J Invest Dermatol 2008; 128: 1728-1736 · 2 Stamatias G. Pediatr Dermatol 2009; 27(2): 125-131 · 3 Blume-Peytavi U et al. Pediatr Dermatol 2016; 33(3): 311-321 · 4 www.haut.de/haut/haut-im-winter/im-winter-braucht-die-haut-besondere-aufmerksamkeit/ Stand 6.2.2016 (abgerufen am 24.8.2016) · 5 Dachs C et al. Evidenzbasierte Pflege der Säuglingshaut. Thieme Verlag Stuttgart, 1. Auflage 2016 · 6 Klausner et al. J Biol Chem 1980; 255: 1286-1295

**HiPP Babysanft:
Verträglichkeit bei
hochsensibler Haut
dermatologisch
bestätigt**



Ein Service von HiPP für medizinische Fachberufe