



Für einen guten Start braucht Ihr
Neugeborenes viel Zärtlichkeit, Wärme und
eine besonders sanfte Pflege

Wohlgefühl von Anfang an

Die zarteste Haut der Welt

Babys haben eine etwa zehnmals so dünne Haut wie Erwachsene – entsprechend empfindlich ist sie. In den ersten Wochen genügt es, die Haut mit lauwarmem Wasser zu reinigen. Weitere Pflegemittel wie Lotionen und Öl brauchen Neugeborene nicht. Sie bringen ohnehin die beste Creme selbst mit auf die Welt: die Käseschmiere, einen weiß-gelblichen Belag, der ihre Haut ganz oder teilweise bedeckt. Also: dranlassen und auch beim Baden nicht wegrubbeln. In den kleinen Fältchen am Hals, unterm Arm und in den Beugen schützt die Käseschmiere

sogar vor Wundsein – auch wenn sie dort manchmal etwas krümelig und trocken aussieht.

➔ **Hebammentipp:** Warten, bis die Käseschmiere von allein einzieht – selbst wenn das einige Zeit dauern kann! Und danach Hautfalten nur mit warmem Wasser waschen und vorsichtig mit einem Handtuch trocken tupfen.

Einmal glatt machen, bitte!

Ein bisschen verschrumpelt sind alle Babys, wenn sie auf die Welt kommen. Die meisten entknittern sich wenige Stunden nach der Geburt von allein. Ausnah-

me: zu spät geborene Babys. Bei ihnen hat sich die Käseschmiere schon im Bauch aufgebraucht, sodass die Haut dem Fruchtwasser schutzlos ausgeliefert war. Ein übertragenes Kind erkennt man an seinen schrumpeligen Händchen. Wenige Tage nach der Geburt schälen sich dann die vom Fruchtwasser aufgeweichten Hautschichten (oft am ganzen Körper), was unangenehm aussieht, das Baby aber nicht stört. Nach drei bis vier Wochen ist alles vorbei, und die Babyhaut wird wunderbar weich und zart – wie bei einem Kind, das rechtzeitig geboren wurde.

Foto: Masterfile



Nackedei im Handtuch:
Zarte Babyhaut mag frische Luft. Deshalb täglich ein bisschen Freiheit schenken

⇒ **Hebammentipp:** Die Windel oben einmal umschlagen, sodass sie unterhalb des Nabels endet und damit kein Urin an die Wunde kommt.

Das erste Bad kann warten

... bis der Nabel abgeheilt ist und sich keine Kruste mehr bildet. Auch in den meisten Kliniken werden die Neugeborenen nicht mehr gleich nach der Geburt gebadet. Warum auch? Sie sind nicht schmutzig, und ihre Haut ist gut geschützt durch die Käseschmiere. Neugeborene duften frisch und zart – einfach unvergleichlich. Ein Geruch, der dem Baby selber vertraut ist, mit dem es sich geborgen und wohl fühlt. Deshalb reicht es völlig, wenn es zwei oder drei Wochen nach der Geburt zum ersten Mal gebadet wird. Besonders kleine Babys fühlen sich übrigens am wohlsten in einem Badeeimer – vermutlich weil's dort so eng ist wie in Mamas Bauch. Gut zu wissen: Auch beim Baden lieben die Kleinen es warm und kuschelig. Die ideale Wassertemperatur beträgt 37 Grad, die Raumtemperatur 24 bis 25 Grad. Anschließend mit einem vorgewärmten Handtuch abtrocknen.

⇒ **Hebammentipp:** Ein bis zwei Tropfen Olivenöl ins Badewasser geben – oder einen Esslöffel Muttermilch.

Frische Luft für den Babypo!

Eine Schüssel mit lauwarmem Wasser und ein festes Papiertuch (hygienischer als ein Waschlappen) – so lässt sich der Stuhlgang von Neugeborenen leicht entfernen. Am besten nach dem Stillen wickeln. Fürs Wickeln unterwegs sind Feuchttücher (mit möglichst wenig Konservierungsstoffen) ideal.

Und noch etwas Wichtiges:

- Bei Mädchen wird die Scheide nur sanft von oben nach unten äußerlich mit einem feuchten Tuch abgewischt – Schamlippen dabei nicht auseinanderziehen!

- Bei Jungen reinigt man den Penis nur von außen und zieht die Vorhaut nicht zurück.

⇒ **Hebammentipp:** Bei wundem Po helfen eine Wundschutzcreme (aus Ringelblumenextrakt oder Dexpanthenol) und frische Luft: Po ohne Windel locker in ein Handtuch schlagen. ■

Beratung: Zarah Shabani, Münchner Hebammenpraxis „Mein Baby“

⇒ **Hebammentipp:** Wenn sich das Baby ganz schlimm häutet, den Körper einfach dünn mit Muttermilch einreiben. Keinesfalls cremen oder ölen, das verstopft die empfindlichen Poren!

Harmlose Pickelchen

Nichts als ein winziger Schönheitsfehler: Fast alle Babys bekommen eine oder zwei Wochen nach der Geburt kleine rote Stellen und Pickelchen im Gesicht – die Neugeborenen-Akne, eine Folge der hormonellen Umstellung nach der Geburt. Sie verschwindet nach einigen Wochen meist ohne besondere Behandlung.

⇒ **Hebammentipp:** Wirken die Pickelchen entzündet, dreimal täglich mit Muttermilch betupfen, das desinfiziert.

Der Nabel fällt von allein ab

... und zwar nach etwa ein bis drei Wochen. Bis es so weit ist, einmal täglich die Haut um den Nabel herum mit lauwarmem (abgekochtem) Wasser und einem Wattestäbchen säubern. Nässt der Nabel, Nabelpuder (aus der Apotheke) draufgeben. Am schnellsten heilt der Nabel an der frischen Luft. Also besser keinen Mull auf die Wunde legen, einfach den Body zumachen – und fertig.