



Baby - Tipps

Die richtige Pflege

Die **Babyhaut** stellt spezielle Ansprüche, da u.a. der Feuchtigkeitsgehalt der Haut höher und die Schweißbildung (dient der Kühlung) vermindert ist. Das **erste Bad** soll erst stattfinden, wenn der Nabel abgeheilt ist.

In der Regel genügt es das Baby 1-2 mal pro Woche in klarem Wasser (ohne Badezusätze) zu baden. An den anderen Tagen ist die Reinigung mit Waschlappen und lauwarmem Wasser ausreichend.

Shampoos sollten erst verwendet werden, wenn das Kind ein richtiges Haarkleid aufweist.

Eine Wassertemperatur von 36-37°C und eine Raumtemperatur von 25°C sind ideal. Nach dem Baden muss das Kind gut abgetrocknet und die trockenen Stellen zugedeckt werden. Dann das Kind mit einer sanften, **rückfettenden Baby lotion** eincremen und zügig anziehen.

Die **Ohren** mit der Spitze eines Papiertaschentuches auswischen – **keinesfalls Wattestäbchen** in den Gehörgang des Babies einführen (auch nicht in die Nase!). Zugluft ist unbedingt zu vermeiden!

Dem Baby sollten regelmäßig die **Nägel** mit einer Babyschere gekürzt werden, damit es sich nicht aufkratzt.

Bei Kindern mit **empfindlicher/kranker Haut** ist eine spezielle Hautpflege notwendig (fragen Sie dazu eine(n) Haut- oder Kinderarzt/-ärztin). Es sollten möglichst Wasch- und Pflegeprodukte ohne Duft-, Konservierungs-, Aroma- oder Farbstoffe verwendet werden. Cremes/Pasten nicht zu dick auftragen.

Die **Kleidung** sollte aus atmungsaktiven Materialien wie z. B. Baumwolle bestehen. **Waschmittel** sparsam dosieren und die Wäsche mit klarem Wasser nachspülen.

In den ersten 12 Lebensmonaten darf das Kind keiner direkten **Sonnenbestrahlung** ausgesetzt werden. Achtung! Auch im Schatten muss das Kind eingecremt werden. Die Kleidung muss lichtdicht sein und auf den Kopf gehört ein Sonnenhut.

Alle für die Babypflege notwendigen Utensilien in Griffweite positionieren – so haben sie das Kind immer im Blickfeld und die Gefahr, dass es vom **Wickeltisch** fällt ist gemindert.

Sämtliche Produkte zur Babypflege sowie entsprechende Beratung erhalten Sie in Ihrer **Apotheke**.

Schlafposition & Co

Neben der Hautpflege spielt auch **der richtige Schlafplatz/die richtige Schlafposition** eine enorme Rolle für die richtige Entwicklung des Kindes. Das Baby sollte in der Rücken- und nicht in der Bauchlage schlafen. Zum Schlafen genügt ein Schlafanzug und ev. ein Unterhemd – im Sommer entsprechend weniger.

Die **Matratze** muss stabil sein und aus atmungsaktivem und feuchtigkeitsregulierendem Material bestehen. Die **Decke** bzw. der **Schlafsack** soll atmungsaktiv, feuchtigkeitsregulierend und nicht zu warm sein.

Im **Kopfbereich** ist auf eine gute Luftzirkulation zu achten (d.h. kein Kissen, keine lose Windel und kein Kuscheltier).

Tuchent, Felle oder **Wärmeflasche** sollten nicht verwendet werden, da diese den Säugling überhitzen können.

Die **optimale Schlafzimmertemperatur** liegt bei ca. 18-20°C. Die Bekleidung des Kindes ist auf die Wohn-/Schlafraumtemperatur abzustimmen. Auf regelmäßiges Lüften ist zu achten.

Zigarettenrauch schädigt den Säugling in seiner körperlichen und geistigen Entwicklung! Die Wohnung/Umgebung ist daher unbedingt rauchfrei zu halten!

Der Besuch eines **Erste-Hilfe-Kurses für Säuglinge** ist anzuraten.

