



Wird das **Wund sein** von Durchfall oder Zahnen hervorgerufen, können Sie die u.g. „Erste-Hilfe-Maßnahmen“ sofort ergreifen.

Bei einer **Pustelbildung, Eiterpickelchen, Schuppung am Rand** oder kenntlich abgesetzten **roten Flecken** liegt häufig eine **Pilzinfektion** oder eine **bakterielle Infektion** vor. Diese kann man mit Hausmitteln allein nicht bekämpfen und Sie sollten einen **Termin bei einem Arzt** machen.

„Erste-Hilfe-Maßnahmen“ – bei **Wund sein**:

- Verwenden Sie zur **Reinigung des Pos** einen feuchte Einmalwaschlappen, nasse Küchentücher oder Baumwolllappchen, die nach jeder Benutzung gewaschen werden zur Entfernung des Stuhls. Ist der Windelbereich sehr gereizt, halten Sie Ihr Baby am besten mit nacktem Po im Waschbecken in den Wasserstrahl oder brausen den Po ab. War nur Urin in der Windel oder muss Creme entfernt werden, können Sie Speiseöl verwenden, das tut am wenigsten weh. Als Öl eignet sich am besten ein normales Pflanzenöl, z.B. Olivenöl, Sonnenblumenöl oder Mandelöl.
- **Häufiges Windelwechseln**, etwa alle 2 Stunden und mindestens nach jedem Stuhlgang.
- **Viel Luft** an den Po lassen. Die beste und schnellste Wirkung haben Luftbäder. Dazu das Kind oben bekleidet und Po frei (Babylegs / Stulpen können in der kälteren Jahreszeit sehr nützlich sein) in eine warme Umgebung legen. Wird die Unterlage nass, so sollte diese gewechselt werden.
- **Auftragen von Muttermilch** (enthält pflegende Fette und Immunglobuline) auf die gereizten Stellen. Erst wenn die Milch angetrocknet ist wieder eine Windel anziehen.
- Wechsel auf eine **andere Windelmarke** oder Stoffwindeln erwägen.
- **Keine Feuchttücher, parfümierte Cremes und Öle oder Babypuder** verwenden.
- **Kartoffelmehl / Speisestärke** bei jedem Wickeln in die Windel einstreuen.
- Die **Haut des Babys sollte ganz trocken sein**, bevor eine Creme aufgetragen wird. Wenn Ihnen das „Lufttrocknen“ zu lange dauert, können Sie es durch eine kurze Rotlichtbestrahlung im Abstand von 50 Zentimetern oder durch Föhnen beschleunigen.

Aber ACHTUNG:

Da Babys ohne Windel häufig pinkeln, sollte man es auf jeden Fall **nur in Bauchlage** föhnen.

Die Zeit auf max. 3-5 Minuten begrenzen und einen Mindestabstand von 40-50 cm eingehalten.

Wenn man seinen eigenen Unterarm mit der Innenseite nach oben neben das Baby legt, merkt man schnell, wenn es zu heiß wird.

- **Vermeiden Sie**, speziell im Sommer, **längere Autofahrten bei wundem Po**, da das Wund sein durch den Wärmestau und die Druckbelastung im Kindersitz noch gefördert wird.
- Verwende die **richtige Windelgröße**: Windeln sollten nicht ganz eng anliegen.

Babys, die gestillt werden, sind auch von der Ernährung der Mutter abhängig.

- Zuviel Saft und säurehaltige Lebensmittel vermeiden.
- blähende und saure Lebensmittel während der Stillzeit nur gering dosiert aufnehmen oder ganz vermeiden.

#### **Eichenrinden-Sitzbad:**

Zubereitung: pro Liter 2-3 gehäufte Esslöffel eichenrinde aus der Apotheke in 1 Liter Wasser über 12 Stunden kalt ansetzen, dann 30min auskochen und absieben.

Anwendung: Die Auskochung in 34-36° warmes Sitzbad geben.