

Babypflege

Inhalt

Babypflege – was junge Eltern wissen sollten.....	4
Käseschmiere – körpereigener Hautschutz vor und nach der Geburt.....	4
Aufbau der Babyhaut	4
Besonderheiten der Babyhaut im Alter bis ca. 4-6 Wochen	5
Pflegeprodukte für Kleinkinder und deren Anwendung	5
Grundsätzliches zur Babypflege	6
Hautreinigung.....	6
Empfehlung zur Hautreinigung des Säuglings bis zum Alter von einem Jahr	7
Hier eine Zusammenfassung der wichtigsten Empfehlungen:.....	7
Deklaration der Inhaltsstoffe von Reinigungs- und Pflegemitteln.....	8
Unverträglichkeitsreaktionen.....	8
Badezusätze.....	9
Öle, Lotionen und Cremes.....	9
Übersicht: Eincremen	10
Pflege des Windelbereiches	10
Tipp:.....	11
Windeln	11
Shampoos, Nagelpflege und Zahnpflege.....	11
Shampoos.....	11
Nagelpflege.....	11
Zahnpflege von Anfang an.....	12
Fluorid zur Kariesprophylaxe.....	12
Die Sonne: Licht und Schatten	12
Wichtig zu wissen:	13
Tipps zum optimalen Sonnenschutz:.....	13
ABC der Baby-Hautpflege	14
A.....	14
B.....	14

C.....	14
D.....	14
E.....	14
F.....	14
G-K der Baby-Hautpflege.....	15
G.....	15
H.....	15
I.....	15
J.....	15
K.....	15
L-O der Baby-Hautpflege.....	16
L.....	16
M.....	16
N.....	16
O.....	16
P-S der Baby-Hautpflege.....	16
P.....	16
Q.....	17
R.....	17
S.....	17
T-Z der Baby-Hautpflege.....	17
T.....	17
U.....	17
V.....	18
W.....	18
X.....	18
Z.....	18
Kriterien für die Herstellung von Pflegeprodukten für Babys und Kleinkinder.....	18
Sicherheitsbewertung.....	19
Verträglichkeit.....	19
Kriterien für die Verwendung von Rohstoffen.....	20
Farbstoffe.....	20

Konservierungsstoffe.....	20
UV-Filter	20
Duftstoffe und Ätherische Öle	21
Duftstoffe	21
Ätherische Öle	21
Tenside	22
Quellen	22

Welche Bedeutung der Hautkontakt, das Spüren und Stimulieren über die Haut hat, ist vielen Menschen, insbesondere jungen Eltern, intuitiv bekannt. Schon im Mutterleib entwickeln Ungeborene einen differenzierten „Tastsinn“ über die Haut. Wissenschaftler bezeichnen diesen Tastsinn als die „Mutter aller Sinne“, weil er für die weitere Entwicklung des Kindes prägende Auswirkungen hat. Sowohl für die emotionale als auch für die geistige Reifung des Kindes ist der liebevolle Hautkontakt wichtig.

Babypflege – was junge Eltern wissen sollten

Die Haut ist unser größtes Organ. Sie hat für uns viele wesentliche Funktionen, beispielsweise Schutz vor Umwelteinflüssen, Ausscheidung (Schweiß), Regulation der Körpertemperatur, Atmung und Sinneswahrnehmung. Letzteres ist besonders wichtig, denn die Haut verbindet Innen- und Außenwelt. Intensiver Hautkontakt vermittelt dem Neugeborenen Geborgenheit und Sicherheit und wirkt sich positiv auf die Entwicklung aus. Über die Haut macht das Neugeborene die ersten sinnlichen Erfahrungen mit der Umwelt. Berührungen werden positiv (Streicheln) oder negativ (Schmerz) wahrgenommen, ebenso wie Kälte oder Wärme. Da sich die vollständigen Schutzfunktionen der Haut erst in den ersten Lebensmonaten entwickeln, ist die richtige Pflege besonders entscheidend. Hautreizungen oder gar Hauterkrankungen werden mitunter deutlich schmerzhafter wahrgenommen, als dies bei Erwachsenen der Fall ist.

Käseschmiere – körpereigener Hautschutz vor und nach der Geburt

Direkt nach der Geburt verfügt das Neugeborene über einen natürlichen Hautschutz, die so genannte Käseschmiere (Vernix caseosa). Das weiße Talgdrüsensekret wird ungefähr in der 17. Schwangerschaftswoche gebildet und schützt die Haut des Fetus vor dem Austrocknen im Fruchtwasser. Bei der Geburt dient es als natürliches Gleitmittel, nach der Geburt als Kälteschutz. Die in der Käseschmiere enthaltenen antibakteriellen Substanzen schützen das Baby vor Infektionen während oder unmittelbar nach der Geburt. Schließlich wird durch die erste sanfte Reinigung die Käseschmiere entfernt, und ab diesem Zeitpunkt muss eine angemessene Pflege der Babyhaut durch die Eltern erfolgen.

Aufbau der Babyhaut

Die Haut eines Neugeborenen ist dünner als die eines Erwachsenen. Besonders dünn ist die Hornschicht. Die Hornschichtzellen sind außerdem wasserhaltiger als im Erwachsenenalter und nicht so dicht gepackt. Es können z. B. Krankheitserreger leichter durch die Haut eindringen. Das liegt einerseits an der dünneren Hautschicht, andererseits auch daran, dass die Talg- und Schweißdrüsen noch nicht vollständig entwickelt sind, der schützende Fettfilm fehlt und der natürliche Säureschutzmantel noch nicht stabil genug reagiert. Das noch nicht vollständig entwickelte Unterhautfettgewebe ist ein wesentlicher Faktor dafür, dass Babys schnell auskühlen können.

Mit jedem Wasser- oder Seifenkontakt lässt der bereits bestehende, aber noch unterentwickelte natürliche Hautschutz nach und es dauert längere Zeit, bis sich Babys Haut davon erholt hat.

Babyhaut nimmt zwar schneller Feuchtigkeit auf als die Erwachsenenhaut, durch den noch nicht ausgereiften Lipidfilm wird diese aber auch sehr schnell wieder nach außen abgegeben. Hinzu

kommt, dass der Anteil natürlicher Feuchtigkeitsbinder deutlich geringer ist als bei Erwachsenen. Durch einen schnellen Feuchtigkeitsverlust beziehungsweise durch trockene Hautzustände neigt die Haut von Säuglingen zu Irritationen und Entzündungen. Insgesamt leiden etwa zwei Drittel aller Babys unter trockener Haut (Xerose).

Spezielle Waschpflege für Babys wirkt dem entgegen und verhindert ein zu starkes Austrocknen der Haut. Wichtig ist, dass Eltern die Haut des Säuglings sorgfältig beobachten und eventuell auftretende Rötungen gleich zu Beginn erkennen und behandeln. Die Kontrolle der Hautfalten im Windelbereich, unter den Achseln und am Hals sollte regelmäßig stattfinden. Diese besonders empfindlichen Stellen sollten am besten täglich gereinigt und gründlich aber sanft getrocknet werden. Das beugt Entzündungen vor. Für das Waschen und das Eincremen gilt allgemein: nur so viel und so oft wie nötig!

Im Alter von 4 Monaten fällt die Tätigkeit der Schweißdrüsen drastisch ab und wird erst in der Pubertät wieder vollständig aufgenommen. Säuglinge können deshalb ihre Körpertemperatur, besonders bei Hitze, nicht wie Erwachsene regulieren.

Ein weiterer wichtiger Unterschied zur Erwachsenenhaut ist: Die Babyhaut reagiert extrem empfindlich auf UV-Strahlen, da noch sehr wenig Melanin bzw. braune Farbpigmente gebildet werden. Die fehlende Pigmentierung ist auch ein Grund dafür, warum Babys niemals der direkten Sonneneinstrahlung ausgesetzt werden sollen.

Besonderheiten der Babyhaut im Alter bis ca. 4-6 Wochen

- Die Käseschmiere schützt die Haut vor, während und nach der Geburt vor Kälte und äußeren Einflüssen.
- Das Unterhautfettgewebe ist noch nicht vollständig entwickelt, die Haut reagiert kälteempfindlicher als die von Erwachsenen.
- Babyhaut (Neugeborenenhaut) ist dünner als die Haut Erwachsener, sie reagiert reizempfindlicher.
- Die Talg- und Schweißdrüsen sind noch nicht vollständig entwickelt, der schützende Fettfilm fehlt. Durch die verminderte Schweißbildung wird die Regulation der Körpertemperatur beeinträchtigt.
- Das Verhältnis von Hautoberfläche zu Körpergewicht ist bei Säuglingen mehr als doppelt so groß wie bei Erwachsenen. Die Babyhaut verliert dementsprechend schneller Wasser und hat eine größere Angriffsfläche für Bakterien, Pilze und sonstige negative Umwelteinflüsse.
- Bedingt durch die geringe Melaninbildung kann sich die Haut kaum selbst gegen UV-Strahlung schützen.

Pflegeprodukte für Kleinkinder und deren Anwendung

Struktur, Funktion und Zusammensetzung der Säuglingshaut unterscheiden sich in den ersten Lebenswochen signifikant von der Erwachsenenhaut. Der dynamische Wasserhaushalt (schneller Flüssigkeitsverlust), der niedrige Lipidgehalt (mangelnder Schutz vor äußeren Einflüssen), der nicht ausgereifte Säureschutzmantel (eingeschränkter Schutz vor Krankheitserregern) und der geringere Anteil an natürlichen Feuchtigkeitsbindern im ersten Lebensjahr erfordern besondere

Pflegemaßnahmen. Daher ist es wichtig, dass Babypflegeprodukte auf die speziellen Bedürfnisse der Babyhaut abgestimmt sind und deren Entwicklung bestmöglich unterstützen. Sie müssen die noch nicht ausgereiften Schutzfunktionen der Haut so gut wie möglich ausgleichen.

Ein Pflegeprodukt wirkt optimal, wenn

- die Inhaltsstoffe optimal ausgewählt und aufeinander abgestimmt sind und
- wenn das Produkt richtig angewandt wird.

Bezüglich der Anwendung sind den meisten Kinderprodukten ausführliche Gebrauchsinformationen beigelegt, oft auch mit Bebilderung.

Grundsätzliches zur Babypflege

- Cremes und Lotionen nicht zu dick auftragen.
- Puder nicht im Gesichtsbereich anwenden, es könnte vom Baby eingeatmet werden. Puder zuerst in die Hand streuen, dann auftragen.
- Baden ist besser als waschen. Zweimal die Woche bis zum Krabbelalter stellt kein Problem dar. Danach kann bei Bedarf öfter gebadet werden. Rückfettende Badezusätze verhindern das Austrocknen der Haut.
- Der Windelbereich braucht besonderen Schutz. Die Haut ist hier durch Urin, Kot einer besonderen Belastung ausgesetzt. Mikroorganismen fühlen sich im feuchtwarmen Milieu besonders wohl. Babycreme am Po beugt Hautirritationen vor. Sie darf nicht zu dick aufgetragen werden. Möglichst oft Luft an den Po lassen.
- Bei Kälte Gesicht und Ohren mit einer Fettcreme (ohne Wasser!) schützen.
- Ein Ausschlag im Gesicht und am Hals in den ersten vier bis zehn Wochen kann durch eine Hormonumstellung nach der Geburt ausgelöst werden. Man spricht deshalb auch von Neugeborenenakne. Sie belastet das Baby nicht und heilt ohne Behandlung von selbst wieder ab.
- Keine synthetischen Kleidungsstücke fürs Baby verwenden. Baumwolle ist hautfreundlich, atmungsaktiv, pflegeleicht und nimmt viel Feuchtigkeit auf. Besonders gut für empfindliche Haut ist Seide.

Hautreinigung

Während Gesicht und Hände des Säuglings täglich gereinigt werden sollten, verdient der Windelbereich besondere Aufmerksamkeit. Nach jedem Entfernen der Windel muss die Windelregion gereinigt und gegebenenfalls eine Wundschutzcreme aufgetragen werden (z. B. wenn erste Anzeichen für Reizungen sichtbar werden). Für das Baden wird eine Frequenz von max. zweimal wöchentlich bis zum Krabbelalter empfohlen. Es sollten immer nur speziell für Babys formulierte Hautreinigungsprodukte verwendet werden.

Zur Reinigung sind leicht sauer eingestellte Syndets (z. B. "pH-hautneutral") den Seifen vorzuziehen. Als Syndet (zusammengesetzter Begriff aus synthetische Detergenzien) werden synthetische waschaktive Substanzen bezeichnet. Sie sind hautschonender und für Säuglinge oder Allergiker gut verträglich.

Grundbestandteil von solchen Reinigungsmitteln sind die Tenside. Sie lösen jedoch nicht nur Schmutzpartikel und Schuppen von der Haut, sondern auch Fett. Deshalb ist es besonders wichtig, dass den Reinigungsmitteln Pflegesubstanzen zugesetzt werden, die für eine ausreichende Rückfettung der Haut sorgen, beispielsweise Mandelöl. Da das Austrocknen der Babyhaut häufig mit deren Reizung einhergeht, werden hochwertigen Badezusätzen oder Reinigungsmitteln für Babys auch hautberuhigende Wirkstoffe zugesetzt. Auszüge aus Kamille, Ringelblume (Calendula) oder auch der Zusatz von Panthenol eignen sich beispielsweise dafür.

Empfehlung zur Hautreinigung des Säuglings bis zum Alter von einem Jahr

Im Februar 2007 trat eine Expertengruppe von sechs europäischen Dermatologen und Pädiatern zusammen, um Richtlinien zur Hautreinigung bei Babys festzulegen. Es wurden mit Bezug auf publizierte Studien und bestehenden Richtlinien Empfehlungen formuliert, wie die noch nicht ausgereifte Babyhaut von Kindern im ersten Lebensjahr am schonendsten gereinigt werden kann.*)

Hier eine Zusammenfassung der wichtigsten Empfehlungen:

- Neugeborene können bereits vor dem Abheilen des Nabels ohne Risiko gebadet werden (sanftes und gründliches Abtrocknen des Nabelbereichs nach dem Bad vorausgesetzt).
- Baden ist hautschonender als Waschen; es fördert außerdem mehr als Waschen das allgemeine Wohlbefinden des Kindes.
- Badeschwämme sollten wegen der Keimanfälligkeit nicht verwendet werden.
- Das Bad sollte 5 bis 10 Minuten dauern.
- Die Wassertemperatur sollte 37 – 37,5° C betragen.
- Tägliches Baden sollte vermieden werden; bis zum Krabbelalter werden max. zwei Bäder pro Woche empfohlen.
- Baden vor dem Zubettbringen hat möglicherweise eine beruhigende und schlaffördernde Wirkung.
- Badespielzeug sollte vor jedem Bad desinfiziert werden.
- Nach dem Baden sollte das Baby sofort in ein Handtuch gewickelt und die Haut ohne Rubbeln trockengetupft werden.
- Bei Hautveränderungen wie Trockenheit, Einrissen oder Schuppung sollte ein Pflegeprodukt angewendet werden.
- Hautpflege ist von besonderem Nutzen für Babys mit Risiko für atopisches Ekzem (Neurodermitis).
- Baden oder Waschen mit Wasser ohne Zusätze kann bereits die Haut des Babys austrocknen und reizen.
- Hartes Wasser hat vor allem bei Babys mit atopischem Ekzem (Neurodermits) eine Reizwirkung.
- Geeignete Reinigungsprodukte für Babys können das Austrocknungs- und Reizpotenzial reduzieren.
- Hautreinigungsprodukte für Babys sollten auf ihre Eignung für Babyhaut geprüft sein.

- Bei Parfümzusatz zu Hautreinigungsprodukten sollte eine besonders gute Verträglichkeit dieser Zusätze nachgewiesen sein.
- Hautreinigungsmittel sollten ausreichend gegen Verunreinigung durch pathogene Keime geschützt sein, z. B. durch Zusatz von geeigneten Konservierungsstoffen.
- Herkömmliche Seifen können die Haut reizen und austrocknen. Sie bringen den natürlichen Säureschutzmantel aus dem Gleichgewicht, seifenfreie Hautreinigungsmittel (Syndets) sind zu bevorzugen.
- Hautreinigungsmittel sollten den Säureschutzmantel nicht verändern.
- Hautreinigungsmittel für Babys sollten eine gute Verträglichkeit am Auge aufweisen.
- Die Dosierungsanweisungen auf der Packung sollten beachtet werden.
- Bei Babys mit Risiko für atopisches Ekzem trägt regelmäßige Hautreinigung zur Verhütung bakterieller Hautinfektionen bei und fördert die Ablösung von Verhornungen.
- Regelmäßiges Baden entsprechend der Richtlinien schädigt die Haut von Kindern mit atopischem Ekzem nicht.
- Badezusätze für Babys mit atopischem Ekzem sollten rückfettende und feuchtigkeitsspendende Eigenschaften haben.

Deklaration der Inhaltsstoffe von Reinigungs- und Pflegemitteln

Auf allen kosmetischen Mitteln ist die vollständige Angabe der Inhaltsstoffe vorgeschrieben. Sie erfolgt nach der so genannten INCI-Nomenklatur (International Nomenclature of Cosmetic Ingredients). Diese baut auf chemischen Fachbezeichnungen sowie lateinischen Pflanzennamen auf. Verbraucher können mit diesen Bezeichnungen meist recht wenig anfangen. Im Falle einer Allergie oder Unverträglichkeit kann der Verbraucher allerdings leicht feststellen, welche Produkte er verträgt und welche nicht. In diesem Fall kennt er den INCI-Ausdruck des für ihn unverträglichen Stoffes. Die Inhaltsstoffe in Anteilen von mehr als 1 % werden auf der Verpackung mit absteigender Reihenfolge ihrer Konzentrationen angegeben. Was an erster Position steht, ist am meisten enthalten.

Unverträglichkeitsreaktionen

In Einzelfällen kann ein Körperpflegemittel zu Reizungen führen bzw. eine allergische Reaktion hervorrufen. Nach Angaben des Industrieverbandes Körperpflege- und Waschmittel e. V. wird im Durchschnitt nur eine Unverträglichkeit auf fast eine Million verkaufte Produkte gemeldet. Bei 90 Prozent der Fälle handelt es sich nicht um eine Allergie, sondern um eine andere Unverträglichkeitsreaktion, wie z. B. eine Hautreizung (Irritation). Unter Hautreizungen versteht man Sofortreaktionen der Haut auf eine bestimmte Substanz. Sie zeigen sich in Form von Entzündungen mit Rötung, Juckreiz und Pustelbildung.

Bei einer Allergie handelt es sich dagegen um eine Überreaktion des körpereigenen Immunsystems. Dieses reagiert dann auf bestimmte, für den Körper unschädliche Stoffe (Allergene) mit größtem Einsatz. Die Allergene werden bekämpft wie schädliche Krankheitserreger. Die Überreaktion erfolgt allerdings erst beim Zweitkontakt. Beim Erstkontakt mit dem Allergen wird dieses als Feind eingestuft, beim Zweitkontakt hat der Körper entsprechende „Waffen“ bereit gestellt und reagiert in vollem Umfang.

Grundsätzlich kann jeder Stoff, ob natürlich oder chemisch, eine allergische Reaktion hervorrufen. In einem solchen Fall sollte immer ein Hautarzt hinzugezogen werden, der das Allergen ermittelt. Sollte es sich bei diesem Stoff um einen Bestandteil von kosmetischen Mittel handeln, so können Produkte, die diesen Stoff enthalten, mit Hilfe der INCI-Bezeichnung auf der Verpackung identifiziert und gemieden werden. Bei den allergischen Reaktionen auf Körperpflegemittel handelt es sich in der Regel um eine Kontaktallergie. Nach Angaben des Deutschen Allergie- und Asthmabundes sind rund ein Prozent der Verbraucher davon betroffen. Kontaktallergien sind auf die Hautstellen begrenzt, die mit dem Allergen in Berührung kamen. Gut zu wissen: Säuglings- und Kinderpflegeprodukte zeichnen sich durch eine besondere Sorgfalt bei der Auswahl der Rohstoffe aus.

Badezusätze

Die Verwendung eines milden Babybadezusatzes für die schonende Reinigung schadet der Babyhaut nicht und kann beim Baden gesunder Säuglinge eingesetzt werden. Europäische Experten aus den Fachbereichen Pädiatrie und Dermatologie befürworten sogar die Verwendung milder Badezusätze im Gegensatz zu klarem Wasser. Sie argumentieren, dass Wasser allein einen stärker austrocknenden Effekt auf die Haut hat verglichen mit dem Einsatz eines milden, speziell für Babys entwickelten Babybadezusatzes. Die entsprechenden Badezusätze für die Säuglingspflege reinigen die Haut auch von fettlöslichen Substanzen wie Fäkal- oder Cremeresten. Dies gelingt nicht mit Wasser allein. Als Zusätze für Babybäder werden Badeöle und Schaumbäder angeboten. Nach Ansicht der Experten sollten Säuglinge darüber hinaus nach dem Baden mit einer Babypflegecreme eingecremt werden. Badeöle enthalten rückfettende Bestandteile und schäumen nur wenig. Mit Schaumbädern ist das Schaumvergnügen größer. Schaumbäder sind im Allgemeinen jedoch weniger rückfettend und trocknen die Haut stärker aus. Viele Badeprodukte enthalten rückfettende Substanzen wie Paraffinöl (INCI: Paraffinum Liquidum), Jojobaöl (INCI: Simmondsia Chinensis Seed Oil) oder Polysiloxan/Polyglycol-Copolymer (INCI: Dimethicone Copolyol). Als Feuchthaltesubstanzen (Schutz vor Austrocknen) werden beispielsweise Glycerol (INCI: Glycerin), Sorbitol (INCI: Sorbitol) oder Propylenglycol (INCI: Propylene Glycol) eingesetzt. Hautpflegende und beruhigende Inhaltsstoffe sind Panthenol, Allantoin oder Bisabolol.

Öle, Lotionen und Cremes

In den ersten Lebenswochen des Neugeborenen erscheint die Haut trocken und schuppig. Die Haut erneuert sich und die alten Hautzellen werden in Form von Schuppen abgestoßen. Für die Rückfettung der Haut sind Öle, Cremes und Lotionen von Geburt an sinnvoll. Sie sollten jedoch nicht zu häufig eingesetzt werden. Nach dem Baden oder wenn Hautreizungen sichtbar werden, ist der Einsatz der Pflegemittel beispielsweise äußerst wichtig. Ansonsten muss man je nach Hautzustand individuell reagieren.

Der Fettgehalt der Zubereitungen variiert je nach Anwendungsgebiet sehr stark. Körperlotionen enthalten etwa 20 Prozent Fett (Lipide), Schutzcremes gegen Austrocknung und Kälte können bis zu 70 Prozent Fett enthalten. Grundsätzlich kommen Haut- und Gesichtscremes sowie Körperlotionen und -öle zum Einsatz. Pflegeprodukte mit angepasstem pH-Wert helfen der Haut beim Aufbau des natürlichen Säureschutzmantels. Gutes Einziehvermögen erleichtert die Anwendung. Cremes sind in

der Regel Öl-in-Wasser-Gemische, so dass ihnen Emulgatoren zugesetzt werden müssen, um die Konsistenz zu erhalten. Da das Wasser die Entwicklung von Mikroorganismen fördert, sind in der Regel auch Konservierungsmittel enthalten. Dies gilt in verstärktem Maße auch für Lotionen (in der Regel Öl-in-Wasser-Gemische), die einen besonders hohen Wassergehalt aufweisen. Bei einer sehr trockenen Haut sind stark rückfettende Zubereitungen besser geeignet als leichte feuchtigkeitsspendende Lotionen.

Öle eignen sich gut zur Massage, können aber auf der Haut klebrige Rückstände hinterlassen. Als Basisöle haben sich pflanzliche Öle und Mischungen aus pflanzlichen und mineralischen Ölen bewährt.

Übersicht: Eincremen

Eincremen	Tipp
Wann?	Körper und Gesicht: Wenn die Haut trocken aussieht oder sich trocken anfühlt, oder wenn das Baby mit einer Massage verwöhnt werden soll. Gesicht: wenn es bei kalter Witterung (unter 10 °C) ins Freie geht. Po: wenn die Windel voll war oder der Po beim Windelwechsel gerötet ist.
Womit?	Kleine Hautareale mit einer Creme, große mit einer dünnflüssigeren Lotion. Je trockener die Haut, desto reichhaltiger die Pflege. Im Gesicht im Warmen und bei Reizerscheinungen möglichst leichte Creme, in der Kälte möglichst fettige Creme. Am Po Creme mit guter Abdeckwirkung verwenden, bei Rötungen Zinksalbe.

Beim Eincremen des Körpers sollte eine Zimmertemperatur von ca. 24° C gegeben sein. Der Einsatz einer Wärmelampe ist ebenfalls zu empfehlen. Eltern sollten warme Hände beim Auftragen haben. Gegebenenfalls Hände vorher unter warmes Wasser halten. Allgemein gilt: Nicht zu viel Pflegeprodukt auf einmal nehmen, sondern lieber mehrmals kleine Mengen auftragen.

Pflege des Windelbereiches

Der Windelbereich verdient besondere Aufmerksamkeit und sollte von den Eltern bei jedem Windelwechseln auf Reizungen und Rötungen kontrolliert werden. Die Haut ist hier durch Urin und Kot extremen Belastungen ausgesetzt. Für die tägliche Reinigung im Windelbereich wird warmes Wasser und ein milder Waschzusatz oder ein Pflegeöl empfohlen. Mit einem Waschlappen oder Feuchttuch lassen sich Verunreinigungen entfernen.

Nach der Reinigung ist das gründliche Abtrocknen des Pos, vor allem auch der Falten, sehr wichtig. Dabei sollte man nicht reiben, sondern sanft tupfen. Bewährt hat sich auch der Einsatz eines Haarföns (auf Temperatur achten!). Bei Bedarf sollten Windel- und Wundschutzcremes angewendet werden, beispielsweise bei bereits geröteter Haut und um einer Windeldermatitis vorzubeugen. Die entsprechenden Zubereitungen sind Wasser-in-Öl-Gemische oder Pasten mit einem hohen Fettanteil. Dadurch wird die Haut vor reizenden Substanzen aus Urin und Kot sowie vor mikrobiellen

Zersetzungsprodukten und Enzymen geschützt.

Als Fettkomponente wird neben Vaseline und anderen gut verträglichen Fetten und Ölen auch Lebertran aufgrund seiner heilungsfördernden Wirkung verwendet. Weitere pflegende Zusätze sind beispielsweise Ringelblumenextrakte, Panthenol oder Zinkoxid.

Tipp:

Bei Hautreizungen im Windelbereich sollten Eltern noch häufiger als gewohnt die Windeln wechseln und möglichst viel Luft an die geröteten Hautstellen lassen. Das Baby sollte bei ausreichend warmer Raumtemperatur möglichst oft „unten ohne“ sein.

Windeln

Viele Eltern fragen sich, ob Einmalwindeln oder waschbare Stoffwindeln besser sind. Auch unter Umweltexperten gibt es hier keine eindeutige Präferenz. Aktuelle Öko-Bilanzen zeigen keine deutlichen Umweltvorteile, weder für Einwegwindeln, noch für die Stoffwindel. Einmalwindeln landen zwar nach dem Gebrauch auf dem Müll, doch auch Stoffwindeln belasten die Umwelt; sie verbrauchen bei der Reinigung Energie und Wasser. Einmalwindeln sind praktischer in der Handhabung und halten das Baby sehr gut trocken. Stoffwindeln sind meist aus Baumwolle und luftdurchlässiger. Letztendlich liegt die Entscheidung bei den Eltern.

Shampoos, Nagelpflege und Zahnpflege

Shampoos

Shampoos werden erst bei älteren Babys benötigt, wenn die Haarpracht es erfordert. Normalerweise reicht es, den Kopfflaum mit Badewasser oder einem feuchten Waschlappen vorsichtig zu reinigen. Anschließend sollten die Haare auf nicht zu heißer Stufe trocken gefönt und der Kopf mit einer Baumwollmütze warm gehalten werden. Für ältere Babys können Baby-Shampoos verwendet werden. Dabei ist es wichtig, das Shampoo wieder vollständig auszuwaschen und darauf zu achten, dass der Schaum nicht in die Augen gerät. Eltern sollten die Augen des Babys mit einem Waschlappen vor dem herunterfließenden Schaum schützen und nur Babyprodukte verwenden, da diese im Falle eines Kontaktes mit den Augen wesentlich weniger reizend wirken als Erwachsenenprodukte.

Nagelpflege

Für Säuglinge sollte eine spezielle Nagelschere mit abgerundeten Spitzen für die weichen Nägel verwendet werden. Finger- und Fußnägel sollten gerade geschnitten werden, am besten nach dem Baden. In den ersten vier Lebenswochen ist das in der Regel nicht nötig. Schneiden muss man erst, wenn die Nägel so lang werden, dass das Kind sich kratzen könnte.

Zahnpflege von Anfang an

Zahnlose Säuglinge haben erst Kontakt mit Kariesbakterien, wenn sie mit kontaminierten Schnullern oder Saugern in Berührung kommen. Dies ist beispielsweise der Fall, wenn Eltern Schnuller oder Sauger reinigen, indem sie diese ablutschen, um sie anschließend dem Säugling wieder in den Mund zu geben. Dann wandern die Keime, die sich im Speichel der Eltern tummeln, auch in Babys Mund.

Fluorid zur Kariesprophylaxe

Mit dem Durchbruch der ersten Milchzähne beginnt die Zahnreinigung. Manche Babys sind mit fünf Monaten, andere mit acht Monaten oder noch später so weit. Die Gesundheit der bleibenden Zähne hängt direkt von der Gesundheit der Milchzähne ab. Entzündete Milchzahnwurzeln können nämlich die gesunde Entwicklung der nachfolgenden Zähne gefährden. Zähne haben einen großen Einfluss auf die Kau- und Verdauungsfunktion und sind damit bedeutsam für die körperliche Entwicklung. Außerdem sind gesunde Milchzähne wichtig für die Sprachentwicklung.

Zum täglichen Zähneputzen bei Säuglingen sollte ein Mullläppchen oder Wattestäbchen genutzt werden. Später können die ersten Zähne mit einer weichen Kinderzahnbürste und einer erbsengroßen Menge Zahnpaste (erst ab einem Alter von 6 Monaten) gereinigt werden. Dabei ist darauf zu achten, dass die Zahncreme nach dem Putzen ausgespuckt und nicht verschluckt wird. Sind nur die Schneidezähne vorhanden, reicht es, einmal täglich zu putzen. Sobald der erste Backenzahn zum Vorschein kommt, sollte man zweimal putzen, um die Fissuren der Backenzähne von Nahrungsresten zu befreien.

Eine ausreichende Versorgung der Milch- und der bleibenden Zähne mit Fluorid ist entscheidend für die Abwehrkraft des Zahnschmelzes. Fluoride härten den Zahnschmelz, hemmen die Vermehrung der Plaquebakterien und vermindern so die Entstehung von zahnschädigenden Säuren. Bei Säuglingen verordnet der Kinderarzt beispielsweise häufig Fluorid kombiniert mit Vitamin D. Wichtig ist, dass der Arzt informiert wird, ob noch weitere Fluoridquellen wie fluoridiertes Trinkwasser oder Speisesalz genutzt werden, um eine Überdosierung zu vermeiden. Ein kindgerechter Fluoridgehalt in Zahncremes liegt bei maximal 500 ppm.

Wichtig zu wissen: Zahnpasten für Erwachsene haben meist Fluoridgehalte von 1.000 bis 1.500 ppm. Diese sind für Kinder obsolet. Meist enthalten sie außerdem für Kinder nicht empfohlene Inhaltsstoffe wie Menthol oder Minze.

Die Sonne: Licht und Schatten

Schon wenige Minuten in der Sonne machen gute Laune. Die wohl bedeutsamste, positive biologische Wirkung des UV-Lichts ist die Bildung von Vitamin D. Dieses fettlösliche Vitamin ist wichtig für den Knochenbau, die Muskulatur und das Immunsystem. Um genügend Vitamin D zu produzieren, reichen 10 bis 15 Minuten Sonne pro Tag vollkommen aus.

Doch bei all den positiven Wirkungen: Zu viel Sonne schadet der Haut, da die UV-Strahlung Sonnenbrand und langfristig Hautschäden hervorrufen kann.

Gerade Kinder sind durch die Sonne besonders stark gefährdet. Ihre Haut ist empfindlicher als die

von Erwachsenen und verfügt noch nicht vollständig über die natürlichen Schutzmechanismen. Außerdem verbringen Kinder mehr Zeit im Freien und somit auch in der Sonne. Bis zum 18. Lebensjahr erhält der Körper durchschnittlich bereits mehr als 75 Prozent der Sonnenstrahlung, der man während des gesamten Lebens ausgesetzt ist. Jeder Sonnenbrand im Kindesalter kann das Risiko einer späteren Hautkrebserkrankung erhöhen. Kinderhaut braucht daher besondere Aufmerksamkeit und bestmöglichen Schutz.

Dermatologen empfehlen, **Babys und Kleinkinder während der ersten zwölf Monate** überhaupt nicht der direkten Sonnenbestrahlung auszusetzen. Stattdessen sollte man das Kind nur im Schatten liegen oder spielen lassen und auch dort mit Kleidung und Sonnenhut schützen. Unterwegs sind Sonnenschirmchen oder -segel für den Kinderwagen nützlich. **Ab dem zweiten Lebensjahr** dürfen Kleinkinder, durch einen Lichtschutzfaktor von mindestens 30 geschützt, auch mal in die Sonne - aber nur für kurze Zeit und nicht in den strahlungsintensiven Mittagsstunden. Körper und Kopf müssen unbedingt noch durch langärmlige Kleidung und Sonnenhut bedeckt bleiben. **Kinder ab drei Jahren** sollten jedes Mal, bevor sie in der Sonne oder am Wasser spielen, gründlich mit einem wasserfesten Sonnenschutzmittel mit hohem Lichtschutzfaktor eingerieben werden. Auch sie sollten in der Sonne zumindest mit T-Shirts und Sonnenhüten bekleidet sein.

Wichtig zu wissen:

UV-Strahlen erreichen die Haut auch an schattigen Plätzen. Sie werden nicht durch Wolken abgehalten. Deshalb sollten unbedeckte Körperstellen bei Aufenthalt im Freien immer mit Sonnenschutzmittel eingecremt werden.

Tipps zum optimalen Sonnenschutz:

- Babys und Kleinkinder während der ersten zwölf Monate nicht der direkten Sonnenbestrahlung aussetzen.
- Meiden Sie die Mittagssonne. Nutzen Sie die Vormittags- und Nachmittagsstunden für Aktivitäten im Freien.
- Schützen Sie die Haut Ihres Kindes durch Kleidung. Kopfbedeckung und ggf. Sonnenbrille nicht vergessen.
- Schützen Sie die nicht durch Kleidung bedeckten Hautpartien mit geeigneten Sonnenschutzmitteln: „Sonnenterrassen“ wie Wangen, Ohren, Nasenrücken, Nacken, Hand- und Fußrücken großzügig eincremen.
- Durch Schwitzen geht ein Teil der Creme verloren. Daher sollte die Sonnencreme mehrmals während des Tages aufgetragen werden. Mehrmaliges Auftragen verlängert die berechnete Schutzzeit jedoch nicht.
- Nach jedem Badegang sollte die Haut nachgecremt werden, auch wenn wasserfeste Mittel verwendet werden. Diese können im Wasser einen Teil ihrer Schutzwirkung verlieren oder durch Abtrocknen abgetragen werden.

ABC der Baby-Hautpflege

A

Abdecken der Haut durch Wundschutzcremes ist im Windelbereich wichtig, um bei gereizter Haut zu verhindern, dass Kot und Urin die Haut weiterhin schädigen. Überall sonst sollte eine vollständige Abdeckung durch dick aufgetragene Cremes vermieden werden, um einen Hitzestau und damit verbundene Reizerscheinungen an der Haut zu vermeiden. Bei trockener Haut ist allerdings eine teilweise Abdeckung sinnvoll, um die unzureichende hauteigene Barrierefunktion gegen weitere Austrocknung und gegen das Eindringen von Schad- und Reizstoffen zu vermeiden.

B

Baden sollten Babys und Kleinkinder nicht zu oft. Experten empfehlen für Säuglinge, dass diese zweimal pro Woche gebadet werden sollten. Das Wasser sollte bei Babys um 37° C, bei älteren Kindern um 35° C warm sein. Die Dauer des Bades sollte bei Babys maximal 10, bei Kleinkindern maximal 15 Minuten betragen. Nach dem Baden sollte das Kind von Kopf bis Fuß eingecremt werden, vor allem, wenn es trockene Haut hat.

C

Cremes bieten der Babyhaut Pflege und Schutz. Da die hauteigenen Schutzmechanismen noch nicht voll ausgereift sind, ist das regelmäßige Eincremen wichtig, um die Haut gesund zu erhalten. Je trockener die Haut ist, desto öfter muss sie eingecremt werden.

D

Dehnungsstreifen entstehen während der Schwangerschaft am Busen, am Bauch, am Po und an den Oberschenkeln. Um sie zu vermeiden, sollte bereits im ersten Schwangerschaftsdrittel, spätestens aber im zweiten mit dem regelmäßigen Massieren der beanspruchten Hautpartien begonnen werden. Cremes, Lotionen und Öle machen die Massage angenehm und pflegen die Hautoberfläche glatt und geschmeidig. Sie sollten je nach Hauttyp ausgewählt werden, d. h. bei trockener Haut reichhaltiger als bei normaler Haut sein. Wichtig ist das Einmassieren der Produkte, es fördert die Hautdurchblutung und unterstützt die Funktion der Bindegewebszellen. Diese produzieren das dringend benötigte neue Faser- und Füllmaterial, das für ein straffes Hautbild nötig ist.

E

Empfindlich ist die Haut bei Neugeborenen in besonderem Maß, weil sie dünner und durchlässiger ist als im späteren Leben. Deshalb sollten ausschließlich spezielle Hautpflegeprodukte genutzt werden, keine Erwachsenenprodukte.

F

Fett und Feuchtigkeit braucht Babyhaut in stärkerem Maß als im späteren Leben, weil die dünne Haut leicht austrocknet und noch nicht ausreichend Talgfett als natürlichen Schutz produziert. Beim und nach dem Waschen wirken fett- und feuchtigkeitsspendende Pflegestoffe dem Austrocknen der

Haut entgegen. Selbst bei regelmäßigem Eincremen verlernt die Haut nicht, selbst Fett und Feuchtigkeit zu produzieren.

G-K der Baby-Hautpflege

G

Gesichtshaut ist bei Erwachsenen dünner als die Haut am übrigen Körper. Für Babys trifft dies in noch größerem Maß zu. Aber Vorsicht mit sehr fetthaltigen Cremes: Immer dünn auftragen. Der Hitzestau, den sie in gut geheizten Räumen oder in der warmen Jahreszeit auch draußen verursachen können, reizt die empfindliche Gesichtshaut. Auch bereits bestehende Rötungen und Pickelchen können sich durch zu fettige Cremes verschlimmern. Bei Kälte ist eine solche Creme allerdings sinnvoll, um die Haut vor Schädigungen zu schützen.

H

Haut und Haare sind bei Babys anders als bei größeren Kindern und Erwachsenen. Die Barriere der Haut gegen Austrocknung und gegen schädliche Umwelteinflüsse, die Abwehr von Krankheitserregern, die Reparatur von Zellschäden durch UV-Strahlung, die Talgproduktion, der Säureschutzmantel und die Wärmeregulation reifen in den ersten vier Lebensjahren langsam heran. Auf dem Kopf und manchmal auch am Körper befinden sich feine Flaumhaare, die in den ersten Monaten ausfallen und dann durch kräftigeres Haar ersetzt werden.

I

Inhaltsstoffe von Reinigungs- und Pflegeprodukten für die Babyhaut unterliegen vielfältigen Sicherheits- und Qualitätskontrollen seitens der Industrie. Ein Teil dieser Kontrollen wird vom Gesetzgeber vorgeschrieben und durch weitere freiwillige, individuelle Maßnahmen der Hersteller ergänzt. Eine Deklaration der Inhaltsstoffe nach der international einheitlichen INCI-Nomenklatur auf der Verpackung hilft Allergikern, diejenigen Stoffe bzw. Produkte zu vermeiden, auf die sie allergisch reagieren.

J

Juckreiz entsteht beispielsweise, wenn die Haut sehr trocken ist. Kratzt sich das Baby, entstehen Wunden, die sich infizieren können. Mit rückfettenden Pflegemitteln kann man hier gegensteuern. Bei warmen Temperaturen dürfen die entsprechenden Cremes allerdings nur dünn aufgetragen werden, damit es nicht zu einem Hitzestau kommt. Halten die Beschwerden länger an, muss ein Kinderarzt aufgesucht werden.

K

Kopfhautschuppung, auch als Gneis oder Milchschorf bezeichnet, kommt bei Babys häufig vor. Der typische Milchschorf entsteht, wenn kleine, entzündliche Bläschen auf der Kopfhaut aufplatzen und das Sekret daraus auf der Kopfhaut zu einem Schorf verkrustet. Die Krusten sollten nicht aktiv entfernt werden, sie lösen sich von alleine. Bei manchen Kindern kann es bis zu zwei Jahren dauern, bis diese vollständig verschwunden sind.

L-O der Baby-Hautpflege

L

Lippen haben noch dünnere Haut als das Gesicht. Sie haben keine Talgdrüsen, keinen Hautfarbstoff Melanin als Sonnenschutz, keinen Säureschutzmantel und durch Speichel und Lecken eine hohe Belastung auszuhalten. Kein Wunder, dass sie manchmal rau und rissig werden. Das gilt bei Babys verstärkt, weil Schnuller das Trocknen von Speichel verzögern und beim Zahnen verstärkt Speichel fließt. Die Lippen und die Haut darum herum sollten deshalb öfter mit einer fettigen, fürs Baby geeigneten Creme (Ablecken kann nicht ausgeschlossen werden) gepflegt werden.

M

Massage tut dem Baby gut, besonders wenn es unter Blähungen leidet. Wichtig ist eine warme Umgebung, entspannte Stimmung von Kind und Massierendem, möglichst wenig Ablenkung und ein für Babys geeignetes Pflegeprodukt, das das angenehme Hautgefühl unterstreicht. Der Einsatz von Kümmelöl bei Blähungen sollte wegen des unangenehmen Eigengeruchs von Eltern überdacht werden. Oft entlastet auch die Massage mit einem wohlriechenden und gut verträglichen Öl den Verdauungstrakt des Babys.

N

Neurodermitis ist eine chronische Hauterkrankung, die mit trockener Haut, Juckreiz und Neigung zu Hautentzündungen verbunden ist. Die Veranlagung dazu wird von den Eltern auf die Kinder vererbt. Die Ursachen der Neurodermitis sind noch nicht vollständig bekannt. Deshalb ist sie bislang auch nicht heilbar. Die Symptome können aber sehr wirksam behandelt werden und in vielen Fällen verschwindet die Neurodermitis nach wenigen Jahren wieder. Wegen der trockenen Haut ist es wichtig, beim Reinigen sehr mild vorzugehen und regelmäßig Pflegeprodukte zu verwenden, deren Auswahl mit großer Sorgfalt getroffen werden muss. Eine Absprache mit dem Kinder- oder Hausarzt ist unabdingbar.

O

Öl ist zur Hautpflege gut geeignet und kann auch zur Reinigung eingesetzt werden. Bei trockener Haut muss nach Ölbädern aufs Abtrocknen verzichtet werden, um den Fettfilm auf der Haut intakt zu belassen. Bei normaler Haut sind die großflächige Anwendung von Öl und die Anwendung im Gesicht vor allem im Warmen nicht geeignet (Hitzestau).

P-S der Baby-Hautpflege

P

Paraffine sind vielfältige Rohstoffe mit unterschiedlicher Konsistenz, z. B. flüssige Öle oder feste Wachse. In kosmetischen Mitteln haben sie u. a. filmbildende, schützende und hydrophobierende Eigenschaften. Weiterhin können sie auch als Konsistenzgeber dienen und schützen die Haut vor Feuchtigkeitsverlust. Zahlreiche Untersuchungen belegen die ausgezeichnete Hautverträglichkeit dieser Stoffgruppe. Da sie praktisch keinerlei allergenes Potenzial aufweisen, werden sie auch als

Grundlage für Tests an Allergikern verwendet. Mineralölen wird oft nachgesagt, dass sie die Haut „verkleistern“ bzw. mit einem Fettfilm abdichten würden. Dies könnte stimmen – allerdings nur, wenn man sich mit reiner Vaseline am ganzen Körper eincremt. Als Bestandteil in Hautcremes oder Lotionen dagegen verbessert der Stoff die Schutzwirkung der Haut und verringert den sogenannten transepidermalen Wasserverlust, also den Verlust hauteigener Feuchtigkeit.

Q

Quellung der Haut durch Kontakt mit Flüssigkeit bedeutet eine Störung der Barriere und damit eine erhöhte Austrocknungs- und Reizgefahr. Zudem steigt bei länger andauernder Quellung der Hautoberflächen-pH-Wert an, was zusätzlich Hautinfektionen begünstigt. Zu langes Baden oder Schwitzen unter warmer Kleidung sollte deshalb unbedingt vermieden werden.

R

Reinigung der Babyhaut mit Wasser alleine genügt immer dann, wenn kein fest haftender Schmutz vorliegt. Jedoch kann auch Wasser allein z. B. beim Baden zur Austrocknung und Reizung führen. Dagegen lässt sich durch Eincremen nach der Reinigung vorbeugen. Für gründlichere Reinigung sind spezielle, milde Reinigungsprodukte für die Babyhaut sinnvoll, jedoch nach Möglichkeit keine Seifen. Seifenfreie Syndets in Form von Waschstücken oder Gelen mit einem dem natürlichen Säureschutzmantel der Haut angepassten pH-Wert eignen sich besser zur Reinigung. Trotz guter Verträglichkeit sollten sie bei Kindern unter einem Jahr sparsam dosiert und gut abgespült werden.

S

Sonnenschutz ist für Babys ein absolutes Muss. Babys dürfen auf keinen Fall ungeschützt der Sonne ausgesetzt werden, da die natürlichen Schutzfunktionen wie Bräunung, Verdickung der Hornschicht und Reparatur von Zellschäden noch nicht vollständig ausgereift sind. Kleidung mit UV-Schutz, Sonnenbrille, Kopfschutz und das Auftragen einer Sonnencreme mit hohem Lichtschutzfaktor (mindestens 30) an den unbedeckten Körperstellen gleichen die noch nicht vorhandenen Schutzfunktionen aus.

T-Z der Baby-Hautpflege

T

Tenside sind Waschstoffe, die fettigen Schmutz wasserlöslich machen. Tenside für die Reinigung der Babyhaut sollten möglichst mild und reizfrei sein. Seife, das älteste bekannte Tensid, ist nicht gut für Babyhaut, weil sie die den natürlichen Säureschutzmantels stört und die Haut „auslaugt“. Seife schwächt die Barrierefunktion sowie Abwehrfunktion gegen Krankheitserreger. Hautfreundlicher sind Syndets, die auf die hohe Empfindlichkeit und den pH-Wert der Babyhaut abgestimmt sind.

U

Unverträglichkeiten gegen bestimmte Stoffe können bei Babys von Anfang an auftreten. Eine Beschränkung auf möglichst wenige verschiedene Produkte, deren sparsame Dosierung, vor allem bei der Hautreinigung, reduzieren das Risiko dafür. Produkte, die gut vertragen werden, sollten nicht

ohne Not gewechselt werden.

V

Vernix caseosa oder Käseschmiere ist die Schutzschicht, mit der die Haut des Babys im Mutterleib überzogen ist. Sie besteht aus abgestorbenen Hornzellen und Fett. Sie schützt die Babyhaut vor dem Aufweichen im Fruchtwasser und vor Infektionen. Bei der Geburt kann sie auch als Gleitmittel dienen.

W

Windelbereich – eine Problemzone: Kot und Urin können die zarte Babyhaut reizen. Ein häufiger Windelwechsel und möglichst viel Zeit „unten ohne“ beugen einer Windeldermatitis (Entzündung im Windelbereich) vor. Bei bestehenden Reizungen sollte eine schützende und hautberuhigende Creme aufgetragen werden.

X

Xerose ist der Fachbegriff der Hautärzte für trockene Haut. Sie ist bei Babys und Kleinkindern weit verbreitet, weil die Haut dünn, durchlässig und ohne schützenden, eigenen Fettfilm ist. Milde Reinigung und Pflege verhindern, dass die Haut rau wird, juckt, brennt oder sich schuppt. Hautstellen, die diese Symptome aufweisen, sollten eine Extraportion rückfettende Pflege erhalten, um das Problem rasch zu beseitigen, denn trockene Haut ist besonders anfällig für Reizungen und Allergien.

Z

Zinksalbe wird oft für den Windelbereich eingesetzt, weil sie die Haut gut abdeckt und so vor Schaden durch Kontakt mit Urin und Kot schützt. Das enthaltene Zinkoxid wirkt antibakteriell und fördert die Wundheilung. Zinksalbe verfügt außerdem über eine große Wasseraufnahmefähigkeit, weshalb sie einen austrocknenden Effekt hat. Zinksalben werden oft mit reizlindernden und heilungsfördernden Substanzen wie Panthenol, Bisabolol (Wirkstoff aus Kamillenextrakt) oder Lebertran kombiniert.

Kriterien für die Herstellung von Pflegeprodukten für Babys und Kleinkinder

Für die Herstellung von Pflegeprodukten für Babys und Kleinkinder gibt es in Deutschland und Europa hohe Sicherheits- und Qualitätsstandards. Diese werden grundsätzlich vom Gesetzgeber vorgegeben und von den Herstellern durch eigene weitergehende Leistungen ergänzt. Bereits bei der Entwicklung und Herstellung der Produkte werden umfangreiche Qualitätskontrollen und gegebenenfalls Verträglichkeitsuntersuchungen vorgenommen. Bevor ein Produkt für Babys und Kleinkinder auf den Markt kommt, wird häufig zusätzlich eine abschließende Verträglichkeitsprüfung durchgeführt. Diese bezieht sich auf das fertige Produkt, nicht auf einzelne Rohstoffe oder Herstellungsvorstufen. Dabei fließen objektive Kriterien zur Verträglichkeit des Produktes, aber auch subjektive Meinungen von Anwendern (Eltern) und gegebenenfalls medizinischem Fachpersonal mit ein.

Seitens des Gesetzes werden kosmetische Mittel in der Europäischen Union durch die EG-Kosmetik-Richtlinie (ab Juli 2013 durch die EG-Kosmetik-Verordnung abgelöst) und in Deutschland durch das Lebens- und Futtermittelgesetzbuch (LFGB) sowie die Kosmetik-Verordnung geregelt. Diese gesetzlichen Vorschriften stellen konkrete Anforderungen speziell an die Verträglichkeit und Sicherheit von Produkten für Babys und Kleinkinder. Hierzu zählen z. B. spezielle Stoffregelungen (Verwendungsverbote und -einschränkungen) sowie Anwendungs- und Warnhinweise. Die 7. Änderungs-Richtlinie zur EG-Kosmetik-Richtlinie sieht darüber hinaus für Produkte, die für Kinder unter drei Jahren bestimmt sind, eine spezifische Bewertung in Bezug auf die Sicherheit der Produkte vor.

Sicherheitsbewertung

Bei der Entwicklung kosmetischer Mittel für Kleinkinder und Babys gelten besondere Ansprüche. Es werden stets die neuesten, für diese Altersgruppe relevanten wissenschaftlichen Erkenntnisse hinsichtlich der Sicherheit und Verträglichkeit berücksichtigt. Wichtige Selektionskriterien für Rohstoffe sind neben dem toxikologischen Profil und dem Haut- bzw. Schleimhautreizungspotenzial insbesondere die mikrobiologische Qualität und die Reinheit der einzelnen Komponenten. Weitere Qualitätsanforderungen an die Rohstoffe umfassen beispielsweise die Prüfung auf Verunreinigungen mit Schwermetallen oder mit Pestiziden. Es werden nur unbedenkliche Spurenkonzentrationen toleriert. Bei der Auswahl der Rohstoffe ist die Beachtung aller gesetzlich vorgegebenen Stoffregelungen sowie weitergehender Empfehlungen, u.a. der Bewertungen des SCCS (Scientific Committee on Consumer Safety, wissenschaftliches Beratergremium der Europäischen Kommission), obligatorisch.

Auf Basis der toxikologischen Bewertung der Rohstoffe wird dann die Sicherheitsbewertung des Fertigproduktes vorgenommen. Physikochemische Parameter wie pH-Wert oder Viskosität (Maß für die Zähflüssigkeit eines Produktes) spielen dabei eine Rolle, aber auch die bestimmungsgemäße und vorhersehbare Anwendung.

Ein wichtiges Bewertungskriterium ist auch das Alter der Zielgruppe. So gibt es insbesondere in den ersten Wochen nach der Geburt signifikante Unterschiede in der Anatomie und Physiologie der Haut von Neugeborenen im Vergleich zu Erwachsenen. Babys bis zu einem Jahr weisen auch noch merkbare Unterschiede in ihren Hautfunktionen im Vergleich zu Erwachsenen auf. Bei älteren Babys und Kleinkindern ist die Haut aus toxikologischer und dermatologischer Sicht bereits nahezu wie die eines Erwachsenen zu bewerten.

Verträglichkeit

Die steigende Anzahl von Allergien und anderen Unverträglichkeiten verunsichert die Verbraucher zunehmend. So legen diese immer mehr Wert auf höchste Qualität, insbesondere für Babypflegeprodukte. Auch die Hersteller streben das höchst mögliche Sicherheitsniveau an, um diesen Ansprüchen gerecht zu werden. Dementsprechend dürfen nur solche Stoffe zum Einsatz kommen, die für Babys unbedenklich sind. Wenn von Unverträglichkeiten gesprochen wird, muss man zwischen Irritationen (Reizungen) und allergischen Reaktionen unterscheiden. Um das Irritationspotenzial an Haut- und Schleimhaut zu bestimmen, werden bereits während der

Entwicklungsphase bestimmte In-vitro-Studien (im Reagenzglas) durchgeführt. Anwendungstests an Kindern werden, wenn überhaupt, erst nach eingehender Prüfung an Erwachsenenhaut durchgeführt, und dann auch nur unter dermatologischer und pädiatrischer Aufsicht. Alle diese Studien werden auf Initiative der Hersteller durchgeführt, um die bestmögliche Qualität des Endproduktes sicherzustellen.

Kriterien für die Verwendung von Rohstoffen

Farbstoffe

Durch die Farbe eines Produktes können bestimmte Eigenschaften unterstrichen und über visuelle Sinneseindrücke Botschaften vermittelt werden. Die Hersteller von Kinderpflegeprodukten setzen nur Stoffe ein, die vom Gesetzgeber als unbedenklich eingestuft werden. Viele davon sind auch für die Verwendung in Lebensmitteln oder pharmazeutischen Produkten zugelassen. Allergene Effekte durch Farbstoffe in Kinderkosmetika sind kaum von Bedeutung.

Konservierungsstoffe

Noch nicht geöffnete Kosmetikprodukte sind aus hygienischer Sicht in einwandfreiem Zustand. Erst wenn der Verbraucher mit der Anwendung beginnt und die Packung öffnet, können von außen Mikroorganismen eindringen. Um deren Wachstum zu verhindern, werden bereits bei der Herstellung Rezepturen entwickelt, die dies unterbinden. Auch die Verpackungsart nimmt Einfluss auf die Keimverbreitung. So bieten Tuben weniger Angriffsfläche für Bakterien als Cremedosen. Die Entnahme von Creme aus einem Tiegel mit dem Spatel ist hygienischer als mit dem Finger. Meist ist trotz dieser Maßnahmen der Einsatz eines Konservierungsmittels im Sinne der Produktsicherheit angezeigt. Es werden nur die vom Gesetzgeber zugelassenen Substanzen verwendet, und auch nur in der Menge, die gerade noch ausreicht, um das Produkt vor mikrobieller Kontamination zu beschützen.

Der Verbraucher kann anhand von zwei Symbolen auf der Verpackung erkennen, wie lange ein kosmetisches Mittel haltbar ist: Entweder trägt das Produkt ein Mindesthaltbarkeitsdatum (Aufschrift „mindestens haltbar bis...“ oder seit Kurzem das Symbol der Sanduhr), oder es ist das Symbol des offenen Cremetiegels mit der Angabe einer Zahl in Monaten (z. B. 24 M) zu finden, welches die Haltbarkeit nach dem Öffnen angibt.

UV-Filter

Bei Kindern sind die Reparatur- und Eigenschutzmechanismen der Haut noch nicht voll ausgebildet. So weist die Kinderhaut eine geringere Pigmentierung auf, so dass diese nicht oder nur sehr wenig bräunt und nur eine sehr geringe Eigenschutzzeit gegenüber Sonnenstrahlen besteht. Je älter die Kinder, desto mehr gleicht sich deren schützende Hautstruktur dem Erwachsenen-Niveau an. Die vom Kosmetikrecht in Sonnenschutzprodukten zugelassenen UV-Filter werden den Ansprüchen von Erwachsenen und Kindern gleichermaßen gerecht. In der Regel werden sowohl unlösliche (pigmentäre) als auch lösliche (organische) UV-Filter in Kombination verwendet. Lösliche UV-Filter sind Substanzen, die in die obere Hautschicht eindringen und dort die schädlichen UV-Strahlen des Sonnenlichtes aufnehmen. Unlösliche UV-Filter sind winzig kleine Teilchen (Mikropigmente)

mineralischen Ursprungs (Titandioxid oder Zinkoxid). Die Mikropigmente verbleiben auf der Hautoberfläche und reflektieren und absorbieren das Sonnenlicht.

Babys, die jünger als 12 Monate sind, sollten generell nicht direkter Sonneneinstrahlung ausgesetzt werden. Der europäische Kosmetikverband Colipa hat bereits im März 2004 eine Empfehlung zur Angabe von Anwendungshinweisen auf Sonnenschutzprodukten verabschiedet. Diese beinhalten beispielsweise folgende Informationen: „Babys und Kleinkinder vor direkter Sonneneinstrahlung schützen“ „Für Babys und Kleinkinder schützende Kleidung sowie Sonnenschutzmittel mit hohem Lichtschutzfaktor (LSF größer als 25) verwenden“.

Duftstoffe und Ätherische Öle

Duftstoffe

In den letzten Jahren ist die Nachfrage nach parfümfreien Produkten stark gestiegen. Etwa die Hälfte der Mütter zieht heute aus verschiedenen Gründen für sich selbst und für ihren Nachwuchs Produkte ohne Duft vor. Deshalb bieten viele Hersteller zusätzlich zu den klassischen Produkten auch parfümfreie Alternativen an. Düfte in Kosmetika haben die Aufgabe, den Eigengeruch einzelner Inhaltsstoffe zu überdecken, aber auch die Sinne anzuregen.

Produkte für Babys und Kleinkinder werden im Vergleich zu Erwachsenenprodukten nur sehr schwach parfümiert. Neben den grundsätzlichen Anforderungen des Kosmetikrechts in Bezug auf Parfüminhaltsstoffe sind eine ganze Reihe weiterer Empfehlungen, beispielsweise Stellungnahmen des SCCS, Empfehlungen der Industrie und nationaler Behörden sowie insbesondere auch der Code of Practice des internationalen Riechstoffherstellerverbands IFRA zu berücksichtigen. Die EG-Kosmetik-Richtlinie fordert darüber hinaus auf den Verpackungen kosmetischer Mittel die Einzelkennzeichnung von 26 Duftstoffen im Rahmen der Inhaltsstoffdeklaration.

Ätherische Öle

Ätherische Öle verleihen dem Produkt eine spezielle Duftnote und haben teilweise eine antimikrobielle, hautberuhigende oder -stimulierende Wirkung. Es gibt eine Vielzahl von Vorgaben, die bei der Herstellung entsprechender Mittel zu beachten sind, z. B. der Code of Practice von IFRA sowie verschiedene Stellungnahmen des SCCS. Produkten, die ätherische Öle enthalten, muss im Rahmen der Sicherheitsbewertung stets eine besondere Aufmerksamkeit gewidmet werden. So gibt es für bestimmte ätherische Öle wie beispielsweise Eukalyptusöl, Pfefferminzöl (Menthol) oder Teebaumöl festgelegte Maximalkonzentrationen, die nicht überschritten werden dürfen. Außerdem dürfen bestimmte ätherische Öle bei Babys und Kleinkindern überhaupt nicht angewandt werden. Ätherische Öle, die Cineol, Campher oder Menthol enthalten, dürfen beispielsweise nicht im Bereich von Gesicht und Hals bei Säuglingen aufgetragen werden, da es sonst zu einem Atemschutzreflex kommen kann. Eltern sollten die Anwendungshinweise auf den Verpackungen oder Beipackzetteln stets aufmerksam lesen und beachten.

Tenside

Tenside sind waschaktive Substanzen, die Fette und Verunreinigungen von der Haut lösen. Neben dem erwünschten Reinigungseffekt verliert aber auch die Hautoberfläche Fett. Durch ihre grenzflächenaktiven Eigenschaften würden viele unverdünnte Tenside reizend auf die Haut und auf die Schleimhäute wirken. Haut- und Haarreinigungsprodukte für Babys und Kleinkinder enthalten deshalb besondere Tensidkombinationen, die mild und gut verträglich sind. Der Zusatz von Feuchtigkeit spendenden und rückfettenden Stoffen sorgt für die rasche Wiederherstellung des natürlichen biologischen Gleichgewichts der Hautoberfläche nach dem Reinigungsvorgang.

Quellen

*Übersichts-Artikel im Journal of the European Academy of Dermatology and Venerology 23, 751-759, 2009, "Bathing and cleansing in newborns from day 1 to first year of life: recommendations from a European round table meeting"