



Das Baden des Säuglings

Genauso wichtig wie Hygiene ist Ihre intensive Zuwendung. Die Haut des Neugeborenen ist noch sehr dünn, und ihr fehlt noch der schützende Säuremantel, der Krankheitserreger abwehrt. Zudem haben Neugeborene eine extrem fettarme Haut, die leicht austrocknet. Deshalb ist sorgfältiges Baden und gründliche Hautpflege sehr wichtig.

Alles griffbereit

Legen Sie alle Bade-Utensilien, die Sie für Babys Bad benötigen, griffbereit und in Reichweite neben der Badewanne zurecht. Dazu gehören Babyseife, Badetuch, zwei Waschlappen (für Gesicht und Po), ferner frische Wäsche und Windeln, Creme, Nagelschere sowie das Haarbürstchen. Sorgen Sie dafür, dass die Raumtemperatur im Badezimmer zwischen 22 und 24 Grad beträgt, und dass es nicht zieht. Sonst könnte sich das Kleine erkälten. Das Badewasser sollte maximal 36 Grad warm sein; prüfen Sie die Temperatur mit einem Thermometer. Das ist sicherer und genauer, als ein Test mit der Hand. Falls Sie mal keines zur Hand haben, tropfen Sie etwas Wasser auf die Innenseite der Unterarme (Pulsstelle).

Ziehen Sie dem Baby die Kleidung aus, entfernen Sie die Windel und wischen Sie Babys Po mit einem Zellstofftuch vorsichtig sauber. Vermeiden Sie es aber, an seiner zarten Haut allzu fest zu rubbeln.

ACHTUNG!

Verbinden Sie die Körperpflege Ihres Babys mit intensiver Zuwendung (z.B. einer Babymassage), denn die Haut ist zunächst das bedeutendste Sinnesorgan des heranwachsenden Menschleins. Durch die Haut erfährt es wichtige Eindrücke wie Wärme und Zuneigung. Zärtlichkeit und Hautkontakt sind eine wichtige Grundlage für eine gute und gesunde seelische Entwicklung. Reden Sie beim Baden mit Ihrem Baby, lächeln Sie es an.

Sicheres Halten

Legen Sie Ihren linken Unterarm unter die Schulter des Babys, stützen Sie mit der Armbeuge das Köpfchen. Greifen Sie mit der linken Hand unter die Achselhöhle. Umfassen Sie mit der rechten Hand von unten den linken Oberschenkel des Kindes, seine Beinchen ruhen auf Ihrem Unterarm. Heben Sie den Säugling in die Wanne, spülen Sie seinen Oberkörper behutsam ab. Waschen Sie mit dem Waschlappen das Köpfchen. Dabei darf natürlich kein Wasser und keine Seife in die Augen oder in die Ohren tropfen. Das tut dem Baby weh, es wird sich dann vielleicht das nächste Mal gegen das Baden sträuben.

Ist das Köpfchen gereinigt, kommen die Ärmchen, der Körper, die Beinchen und die Füßchen an die Reihe. Benutzen Sie dazu nicht den Gesichtswaschlappen, sondern einen extra Waschhandschuh.

Badetuch vorwärmen

Nun ist die Vorderseite sauber, das Baby wird auf den Bauch gedreht. Halten Sie unbedingt Babys Gesicht über Wasser. Und achten Sie auch darauf, dass es sich nicht am Wannenrand stoßen kann. Waschen Sie Rücken und Po des Kindes, drehen Sie es dann wieder in die Rückenlage. Spülen Sie seinen Oberkörper noch einmal mit klarem, warmen Wasser ab. Jetzt nehmen Sie das Kind aus der Wanne, wickeln es in ein vorgewärmtes Badetuch und trocknen es sorgfältig ab. Legen Sie besonderes Augenmerk auf die Hautfalten und auf die Zwischenräume der Finger und Zehen.

Große Badewanne

Zwischen dem dritten und sechsten Lebensmonat wird das Baby zu groß für die Plastikwanne. Gewöhnen Sie es an die „große“ Badewanne. Damit das Kind keine Angst bekommt, stellen Sie die Plastikbadewanne während einer Übergangszeit in die große Wanne. Ist das Baby bereit, in der Badewanne zu planschen, dann sichern Sie den glitschigen Wannenboden mit einer rutschfesten Gummimatte. Halten Sie Ihr Kind ebenso gut fest wie in der Plastikwanne, damit es mit dem Kopf nicht unter Wasser kommt. Lassen Sie das Baby unter keinen Umständen allein im Wasser. Unfälle können in Sekundenschnelle passieren.

Unfälle vermeiden

Halten Sie das Baby beim Baden immer gut fest, auch wenn es schon allein sitzen oder stehen kann. Wickeln Sie den Wanneneinlauf mit einem Handtuch ein, dann kann sich das Baby nicht schmerzhaft daran stoßen. Gehen Sie vor der Badewanne in die Knie, schonen Sie Ihre Knie mit einem zusammengerollten Handtuch als Polster. Wenn Sie sich über den Wannenrand beugen, schaden Sie Ihrem Rücken.

Pflegeprodukte

Die Haut des Babys ist wesentlich dünner als die Haut von Erwachsenen. Der Schutz für die tieferen Hautschichten, also Hornschicht und Säureschutzmantel, vervollständigen sich erst ab dem 4. Lebensjahr. Vorher sind sie durchlässig und noch nicht fertig ausgebildet. Kaufen und verwenden Sie nur Pflegeprodukte, die auf die empfindliche Haut des Babys Rücksicht nehmen. Empfehlenswert sind Produkte aus besonders reinen Rohstoffen, die nach reizarmen Rezepturen hergestellt werden (Ökotestberichte). Achten Sie auf Babyseifen, die nur schwach parfümiert sind und intensiv rückfettende Substanzen haben. Shampoo sollte beim Einseifen wenig schäumen - daran erkennt man sanfte Waschsubstanzen.

Nicht zuviel waschen!

Das Baby soll zwar sorgfältig gepflegt werden, vor Übertreibung muss aber gewarnt werden. Wasser und Seife oder Shampoo reinigen zwar Babys Haut, aber sie strapazieren sie auch. Bei den Aller kleinsten kann man auf Badezusätze getrost verzichten, wenn sie sich nicht extrem bekleckert haben. Klares Wasser reicht für Neugeborene völlig aus. Geben Sie eventuell einen Spritzer Olivenöl oder etwas Muttermilch ins Badewasser.

Nicht zu lange baden

Wasser entzieht der Haut Feuchtigkeit, sie trocknet verstärkt aus. Bis sich Babys Haut von einem Bad erholt hat, vergehen oft bis zu vier Stunden. Lassen Sie das Baby nur fünf, höchstens zehn Minuten planschen, bereiten Sie dann dem Badespass ein sanftes Ende.

Großpackungen oft billiger

Pflegeprodukte werden in unterschiedlichen Größen angeboten. Oft sind die Großpackungen wesentlich preiswerter im Vergleich zu kleineren Mengen, manchmal um die Hälfte. Halten Sie auch nach Sonderangeboten Ausschau.

Tägliches Bad nicht nötig

Solange das Baby noch nicht krabbelt, macht es sich wenig schmutzig. Es genügt, Gesicht, Hände und Po mit (getrennten) feuchten Lappen zu reinigen. Ein Vollbad ist nur einmal bis zweimal pro Woche notwendig. Zu welcher Tageszeit gebadet wird, hängt von Ihrem Zeitplan ab und von der Vorliebe des Babys.