



**Infoblatt:**

## Körperpflege des Säuglings

Ihre Hebamme

Grundsätzlich ist Körperpflege, also Baden und Waschen, für Neugeborene und kleine Säuglinge sehr anstrengend und sollte zu einer Tageszeit gemacht werden, wenn sie ausgeschlafen und satt sind. Generell sollte man hektische Bewegungen vermeiden. Beim Anziehen ist es sinnvoll, das „über den Kopf ziehen“ anzukündigen, z. B. mit „123 Hoppla!“, damit das Kind einplanen kann, wann der Pullover über den Kopf kommt. Außerdem erleichtert das vorherige Aufkrepeln der Ärmel das Durchziehen der Arme. Wenn man Kleidung anzieht, sollte man den Säugling lieber zur Seite drehen als ihn hochzunehmen.

Cremen ist nicht nötig, höchstens wenn die Haut wirklich trocken ist; maximal bei Winterkälte vor dem Spazierengehen eine fetthaltige Creme auftragen.

### Nägel schneiden

Zu Beginn müssen die Nägel des Kindes nicht geschnitten werden, da sie sich von alleine ablösen. Sind sie dann so lang, dass die Kinder sich und andere zu zerkratzen beginnen, kann man die Nägel mit einer abgerundeten Nagelschere schneiden. Die beste Möglichkeit besteht in einer ruhigen Phase, z. B. wenn sie müde sind oder wenn sie schlafen, auf dem Wickeltisch oder auf dem Schoß. Am besten dreht man das Kind so, dass man gut an die Finger herankommt. Bei den Füßen ist das häufig genau verkehrt herum. ACHTUNG: Der Nagel hat eine gute Länge, wenn man noch etwa 1–2 mm vom Weiß des Nagels sehen kann. Sonst läuft man Gefahr, in das Nagelbett zu schneiden. Dies tut dann weh und entzündet sich.

### Faltenpflege

*Problemzonen:* Kinn- und Hals, Kniekehle, Leisten

*Prävention:* gutes Abdecken der Halsfalten beim Trinken, häufiges Waschen, gründliches Trocknen

- Die Falten müssen **täglich** kontrolliert/gereinigt werden, entweder durch Waschen oder häufiges Baden (alle zwei bis drei Tage), wenn das Baby viele tiefe Falten hat.
- Sehr gründliches Trocknen ist sehr wichtig. Tipp für das Trocknen des Halses: Kind auf den Bauch legen, sich auf die Arme stützen lassen, dann mit einem Kosmetiktuch trocknen. Dabei wird das Kinn mit dem Daumen nach oben gedrückt (darauf achten, dass man den Daumen nicht in den Zungengrund drückt!).
- Bei etwaigen Entzündungen sprüht man etwas Hautdesinfektionsmittel auf und lässt es eintrocknen. Die entzündeten Halsfalten erkennt man teilweise auch an einem schlechten Geruch und Belag, der eventuell bereits nach einem Tag auftritt.

### Praktische Wäsche

- Bodys, welche sich vorne öffnen lassen
- Wollsocken bei Winterkindern (alles andere hält leider nicht warm)
- Sockenhalter, damit die Socken nicht abrutschen
- Hosen mit breitem Bund, damit der Bauch nicht eingeengt wird
- generell weite Kleidung, um die größtmögliche Bewegungsfreiheit zur Unterstützung der Motorik zu ermöglichen, also früh zur nächsten Größe wechseln
- keine oder nur sehr kleine Knöpfe im Rücken und Brustbereich.