



Windelausschlag

Liebe Eltern,

Bei der Windeldermatitis handelt sich um eine irritative Hautentzündung im Windelbereich die zu den häufigsten Hauterkrankungen des Säuglingsalters gehört. Bis zu 35% aller Säuglinge erkranken zu irgendeinem Zeitpunkt ein- oder mehrmals an einer Windeldermatitis.

Zu den Ursachen gehören:

- Verlängerte Kontaktzeit von Stuhl zusammen mit Urin zur Haut durch zu seltenes Windeln wechseln.
- Durchfallerkrankungen
- Nahrungsumstellungen auf fruchtsäurehaltige Nahrungsmittel (Apfelsaft, Orangensäfte u.a.) Alle Nahrungsmittel, Getränke und Medikamente werden entweder über den Urin oder über den Stuhl ausgeschieden. Das heißt: Über kurz oder lang landen diese Produkte in der Windel. Sehr saure Nahrungsmittel reizen die Haut. Neben den Zitrusfrüchten sind hier andere exotische Fruchtarten, die auch in der Säuglingsnahrung immer beliebter werden, zu nennen. Ähnliches gilt für scharfe Speisen.
- Ungeeignete Pflegemaßnahmen können eine Ursache für eine Windeldermatitis sein. Der intensive Kontakt von Pflegeprodukten und Haut in dem warmen, von der Außenluft abgeschlossenen Milieu, fördert Unverträglichkeiten. Deshalb am besten regelmäßige, aber keine übertriebene Pflege! Sanfte Reinigung mit Wasser und/oder Babyöl oder sensitiv Feuchttüchern nur nach dem Stuhlgang, sowie bei leichten Rötungen eine Windelcreme reichen aus! Windelbereich immer erst gut trocknen lassen, dann eine frische Windel.
- Neben diesen häufigsten Ursachen der Windeldermatitis kann es auch einmal zur Unverträglichkeit einer Windelmarke kommen, in der Regel handelt es sich heute um hochabsorbierende Fertigwindeln. In der Windel sind zahlreiche Stoffe enthalten, auf die das Kind eventuell reagieren kann. Dies ist allerdings erfahrungsgemäß selten der Fall!
- Sehr oft ist ein wunder Po plötzlich einfach da und kein Grund erkennbar. Meist hat man auch nichts falsch gemacht, sondern die Rötung ist Begleiterscheinung einer anderen Veränderung im Körper des Babys. Infekte, die Ernährung, vielleicht sogar das Zahnen können einen Einfluss haben.

Wie sieht die Windeldermatitis ohne und mit Pilzinfektion aus?

Die **Windeldermatitis** tritt im Windelbereich, also im Genital- und Analbereich, auf. Sie kann sich bis auf die Innenseiten der Oberschenkel, Rücken und Unterbauch ausbreiten. Es tritt eine unscharf begrenzte Rötung mit und ohne nässende Stellen auf.



Kommt eine **Windelpilzinfektion durch Hefepilze (Windelsoor)** hinzu, breitet sich der Ausschlag punktuell am Rand aus, scharf begrenzte Pusteln sowie ein weißlich-schuppiger Kranz um die flächige Hautrötung herum sind typisch. Manchmal haben die Babys dann auch im Mund an den Wangen- und Lippeninnenseite weißliche Pilzbeläge und trinken deshalb schlechter!



Wie wird die Windeldermatitis behandelt?

- Die Windeln bitte sofort bei Stuhlgang, sonst sehr regelmäßig, spätestens nach 3 – 4 Stunden, wechseln
- Stuhl- und Salbenreste bitte mit Wasser, Baby-, Mandelöl oder sensitiv Feuchttüchern entfernen, auch fertige Baby-Öltücher eignen sich. Sanft trocknen, nicht reiben. Vergessen Sie auch die Speckfältchen nicht!
- Bei stärkerer Verschmutzung waschen Sie Ihr Baby im Sitzbad kurz mit klarem lauwarmen Wasser oder Wasser mit Mandelöl.
- bei nässendem Ausschlag kann baden mit Zusatz von synthetischen Gerbstoffen (z.B. Tannolact Badezusatz) heilen helfen.

- Schwarzteeumschläge für 20 min auf die wunden Stellen helfen bei der Heilung. Dazu 2 Beutel schwarzen Tee auf 0,5L Wasser aufkochen und abkühlen lassen. Kleine Windel- oder Leinentücher damit tränken und auflegen.
- Lüften Sie den Po Ihres Baby so oft es geht! Gerne auf einem Handtuch für ca. 1 Stunde nach dem Wickeln nackig strampeln lassen.
- Schützende, entzündungshemmende und austrocknende Maßnahmen zum Schutz vor dem Aufquellen der Haut: Windelschutzsalbe mit Zink (z.B. Mirfulan Wund- und Heilsalbe mit Lebertran und Harnstoff, von Weleda Baby weiße Malve enthält zusätzlich Öle, Töpfer, Babylove, Bübchen etc., Wundschutzcreme bitte eher ohne Calendula!) Nach jedem Wickeln im Windelbereich dünn auftragen!
- Bei Verdacht auf eine Unverträglichkeit einer bestimmten Windelmarke sollte sie versuchsweise für mehrere Tage gewechselt werden. Dies ist aber eher selten der Fall!
- Meiden Sie scharfe und saure Speisen (z.B. Tomaten, Pfeffer, Zitrus- und exotische Früchte) in der Säuglingsnahrung.
- Wenn Sie Ihr Kind stillen, meiden Sie selbst saure und scharfe Speisen, auch übermäßig viel Süßes, da diese Stoffe über die Muttermilch zu ihrem Kind gelangen.
- Zucker ist der ideale Nährboden für Hefepilze: Meiden Sie süße Getränke (Fruchtsäfte) und Speisen (Babykeks etc.) in der Säuglingsnahrung!

Die Windelpilzinfektion muss zusätzlich durch spezielle Salben mit einem Wirkstoff gegen Hefepilze behandelt werden. Hierzu sprechen sie uns gerne an!

Prinzipiell eignet sich eine InfectoSoor Zink Salbe, welche ca. 5 mal täglich für 5 bis 7 Tage im Wechsel mit der normalen Windelschutzcreme benutzt wird.

Hierbei ist auch ein Blick in den Mund sinnvoll, um einen Mundsoor zu erkennen, welcher sonst ebenfalls behandelt werden muss. Schnuller sollten gut abgekocht werden um wiederholte Infektionen zu vermeiden! Auch eine eventuell gleichzeitig vorliegende Darmbesiedelung durch die Hefepilze wird bei anhaltenden oder wiederkehrenden Ausschlägen mit einer Suspension behandelt.

Eine Windeldermatitis ist oft hartnäckig!

Vielleicht haben Sie das Gefühl, alles richtig gemacht zu haben und trotzdem hat Ihr Baby (noch) einen wunden Po. Dann heißt es nicht zu verzweifeln und einfach alle aufgeführten Tipps abzarbeiten und Geduld zu haben!

Bei einer Verschlechterung melden Sie sich gerne jederzeit!