

Wunder Kinderpo

Allgemeine Maßnahmen

Ich setze hierfür das Wissen von meinem gleichnamigen Blogbeitrag voraus! Die hier aufgelisteten Empfehlungen entsprechen meinen persönlichen Erfahrungen, jedes Kind ist anders! Im Zweifel suchst Du Deinen Kinderarzt auf! Versuche nicht zu viel auf einmal anzuwenden.

Allgemeine Maßnahmen:

Das sind Maßnahmen, die Du ergreifen kannst, sobald Du eine Rötung im Windelbereich (und auch wenn es schlimmer wird) siehst. Je früher Du diese einleitest, desto höher ist die Wahrscheinlichkeit, dass es nicht schlimmer wird. ABER: mach Dir keine Vorwürfe, wenn es nicht klappt, manchmal treffen so viele ungünstige Faktoren zusammen, dass es sehr schnell geht und wenn sich dann noch Erreger wie Bakterien und Pilze ‚darauf-setzen‘ braucht man manchmal doch Medikamente oder ärztliche Hilfe. Meistens komme ich mit rein naturheilkundlichen Maßnahmen sehr gut hin.

1. Windelwechsel tagsüber alle 2 Stunden, manchmal auch öfter, wenn das Kind z.B. Durchfall hat. Bitte nicht vergessen auch nachts mindestens 1x die Windel zu wechseln.
2. Erst die neue Windel anziehen, wenn die Haut am Popo wieder trocken ist!
3. Supraabsorbierende Windeln nutzen, auch wenn Dein Baby diese sonst nicht braucht! Diese Windeln sind super, denn sie saugen so viel Feuchtigkeit auf, dass die Haut des Kindes lange trocken bleibt.
4. Bei sehr empfindlichen Babys ist Windelfrei auch eine sehr gute Alternative!
5. Stundenweiser Verzicht auf das Anlegen von Windeln. Hier kommt Luft an die geschädigte Haut. Bitte darauf achten, dass Dein Kind nicht friert!
6. Beim Wickeln nicht automatisch mitreinigen, da die Reinigung die Haut auch irritiert, lieber auf die Entfernung von Stuhlresten beschränken
7. Reinigung nicht mit Wasser, da es die angegriffene Haut weiter aufweicht, lieber mit
 - a. Zink- oder Mandelöl (Bio!)
 - b. Syndets (bitte in Apotheke nachfragen)
8. Beim Reinigen z.B. Wattepad's nutzen, keine Feuchttücher, nicht reiben!
9. Verzicht auf parfümierte Cremes und Öle oder Babypuder.
10. Bei größeren Kindern kann man versuchen den Urin-pH zu senken (mit 120ml-160ml Preiselbeersaft). Gestillte Kinder haben seltener eine Entzündung des Po-Bereiches.
11. Heilwolle bei reiner Rötung
12. Auftragen von Muttermilch, die darin enthaltenen pflegenden Fette und Immunglobuline tun dem gereizten Popo gut, erst wenn die Milch angetrocknet ist, wieder eine Windel anziehen.
13. Calendula Kompressen, auch bei oberflächlich-offener Wunde möglich:
 - a. 1-2 TL Calendula Tinktur auf ¼ L abgekochtes, lauwarmes Wasser
 - b. Verbandmull mit verdünnten Essenz tränken und leicht auswringen
 - c. auf die Wunde legen und mit einer Binde befestigen
 - d. im Windelbereich etwas schwieriger anzuwenden, kreativ werden 😊 (evtl. Gitternetz-Schlauchverband aus der Apotheke)
 - e. ½ h ausreichend, 2-3xtäglich
14. Nässende Stellen mit schwarzem Tee (mind. 20 Min ziehen lassen) betupfen, 6x täglich, 1x nachts, jeweils austrocknen lassen, bevor wieder eine Windel angelegt wird!
15. Sitzbäder:
 - a. Tannoclast Badezusatz nach Anleitung
 - b. Kamillosan (Kamillen Extrakt) nach Anleitung
 - c. Eichenrinden- UND Kamillenblütentee*: (meine besten Erfahrungen!)
 - 1,5 Liter Wasser aufkochen
 - 2 EL Eichenrindentee und 2EL Kamillentee hinzufügen
 - 10-15 Minuten köcheln lassen, dann Tee sieben, flüssigen Rest für Sitzbad nehmen
 - Sitzbad nach Abkühlen nutzen: 3xtäglich über 3-5 Tage

*Arzneikamille aus der Apotheke kaufen!