

Zahnen

Beim Zahnen, brechen die Zähne der Kleinen in den Kiefer und bohren sich einen Weg durch das Zahnfleisch nach draußen. Dieser Prozess kann sehr schmerzhaft sein und es gibt Babys, die sehr leiden beim Zahnen.

Hier sind meine Tipps um das Zahnen mit Hilfe der Naturheilkunde für die Kleinen zu erleichtern:

- Massage der Wangen und um den Mundherum mit einem Zahnöl. Dieses enthält unter anderem Johanniskraut und Nelken und kann bei Babys angewendet werden, wenn es für Babys verdünnt wurde. Die speziellen Zusätze wirken Schmerzlindern.
- Du kannst deinem Baby auch Osanit Globuli® oder Osa Zahngel® geben. Ich bevorzuge bei meinen Kindern das Osa Zahngel, es enthält Kamille, Salbei, Pfefferminze, Nelke sowie Propolis. Dies sind schmerzlindernde und kühlende Heilpflanzen. Dieses Gel ist zuckerfrei und schmeckt trotzdem süß, da es das zahnfreundliche Xylit enthält.
- Ein weiteres Zahnungsgel ist das von Mama Natura Dentilini® es enthält Malve und wirkt ebenfalls beruhigend auf das Zahnfleisch.
- Du kannst deinem Baby eine Veilchenwurzel zum kauen anbieten, diese gibt es im Drogeriemarkt oder Bioladen, sowie Reformhaus. Durch das kauen auf der Wurzel, werden die ätherischen Öle der Veilchenwurzel freigesetzt. Diese Öle haben eine leicht betäubende Wirkung und wirken außerdem kühlend und schmerzlindernd.
- Manche Eltern berichten positiv von der Nutzung der Bernsteinkette, ich selber habe diese bei meinen Kindern nicht genutzt.
- Kühle Waschlapfen werden gerne von Babys genutzt um daran zu lutschen oder darauf zu kauen.

Bauchschmerzen

Viele Babys leiden in den ersten Monaten an Bauchschmerzen. Das hat mit der Unreife des Darms zu tun. Erst mit zunehmendem Alter wird der Darm immer reifer und arbeitet physiologisch. Es kann nützlich sein, ein paar Tipps zu kennen, falls dein Baby an starken Bauchschmerzen leidet.

- Bauchmassage im Uhrzeigersinn mit einem Bäuchleinöl, welches Fenchel, Kümmel und Anis enthält. Diese ätherischen Öle wirken schmerzlindernd und krampflösend. Diese Massage kann beliebig oft angewendet werden.
- Wärmeanwendungen entspannen den Bauch. Dazu kannst du ein Körnerkissen oder ein Kirschkernkissen nutzen. **ACHTE BITTE AUF DIE TEMPERATUR!** Verbrennungsgefahr!
- Wenn der Darm sehr unreif ist und dein Baby zu starken Blähungen, Bauchschmerzen und Verdauungsbeschwerden neigt, kann es nützlich sein, den Darm in seiner Aufbauarbeit mit natürlichen Darmbakterien zu unterstützen. Dazu empfehle ich gerne die BiGaia® Tropfen. Sie enthalten Bifidobakterien und Laktobazillen. Diese helfen beim Aufbau der Darmflora und das mildert oft schon einen großen Teil der Darmbeschwerden.

- Es kann ebenfalls hilfreich sein, dass Baby viel im Tragetuch zu tragen. Diese angehockte Position hilft meist das die Winde gut entweichen können.

Windeldermatitis

Babys und Kleinkinder haben öfters schon mal einen wunden Po, dass lässt sich in der Regel oft gut in ein paar Tagen behandeln. Was aber, wenn der Intimberiech ganz stark wund ist und egal was man versucht, sich keine Besserung zeigt? Was, wenn das Baby weint, sobald die Windel nass ist und der Po offene Stellen zeigt? Da könnte es sich um eine Windeldermatitis handeln.

Was genau ist denn eine Windeldermatitis, und wie entsteht sie?

Unter Windeldermatitis versteht man die gerötete, offene, nässende oder blutige Haut am Gesäß. Es können sich kleine Blasen, Schuppungen, Pusteln oder Belege bilden. Wenn eine Pilzinfektion durch Candida (Hefepilze) oder eine bakterielle Infektion vorliegen, ergeben sich zusätzlich Knötchen und Pusteln. Außerdem können sich auch gelbliche Belege zeigen.

Was genau ist das Problem?

Die Ursachen warum ein Baby eine Windeldermatitis bekommt sind sehr vielseitig und unterschiedlich. Viele Kinder werden in Wegwerfwindeln gewickelt. Die dünne Haut der Kinder bekommt in den Windeln zu wenig Luft und die beständig einwirkende Feuchtigkeit weicht die Haut auf. Durch die beständige Feuchtigkeit und das Ammoniak im Urin, wird die Schutzfunktion der Haut geschwächt und Urin oder Stuhl beginnt die Haut zu reizen.

Eine Windeldermatitis entsteht häufig im Rahmen von Infekten, nach starken Durchfällen, bei Beikost Einführung, oder Ernährungsumstellung. Je nach Ernährung, können zu viele Säuren aus Früchten oder Säften für einen sauren Stuhl und Urin sorgen und dieser reizt dann wieder die Haut, wenn das Kind nicht sofort nach der Stuhlentleerung gewickelt wird.

Das Problem bei der Windeldermatitis, wenn die Schutzfunktion der Haut gestört ist, können Pilze und Bakterien schneller in die Haut eindringen und das Hautbild zusätzlich verschlechtern.

Zusammenfassend liegt die Ursache der Windeldermatitis in zu starker Wärmeeinwirkung, Sauerstoffmangel, Ammoniak einwirkung auf die Haut und zu hohe Feuchtigkeitseinwirkungen auf die Haut.

Was macht die Schulmedizin?

Bei offenen Hautstellen werden meist Präparate verordnet, die desinfizieren und Gerbstoffe enthalten. Die Inhaltsstoffe sollen Infekte verhindern und die Haut trocknen. Wenn man zusätzlich einen Soor (Pilzinfektion) erkennen kann werden Antimykotika (Mittel gegen Pilzinfektionen) verordnet. Zeigt sich eine Infektion durch Bakterien, werden antibiotische Salben verschrieben.

Was kannst du tun?

Erstmal kann es hilfreich sein den Wickelabstand zu verkürzen und häufiger zu wickeln. Dadurch bleibt die Haut besser trocken. Außerdem kannst Du dein Kind so oft es geht ohne Windeln strampeln lassen, dazu nimm dir eine Wickelunterlage oder lege dein Baby auf ein großes Handtuch. Je mehr Luft an die Haut kommt, desto besser. Wenn dir aufgefallen sein sollte, dass die Haut sich nach bestimmten Lebensmittelverzehr verschlechtert, dann lass diese Lebensmittel in Zukunft weg. Überdenke eure Gewohnheiten: nutzt du Feuchttücher? Dann lass diese am besten weg und nutze selbstgemachte Feuchttücher. Dazu kannst du weiche Waschlappen nutzen und warmes Wasser mit etwas Kokosöl vermischen. Das reinigt und pflegt die Haut wunderbar und ist frei von chemischen Stoffen, die die Haut unnötig reizen. Für unterwegs gibt es tolle Boxen, wo man selbstgemachte Feuchttücher auch überall mithinnehmen kann. Bei Wegwerfwindeln lohnt sich ein Blick auf die Inhaltsstoffe und ggf. eine Umstellung auf ökologische Wegwerfwindeln oder ggf. auf Stoffwindeln.

Windelfrei ist ebenfalls ein wunderbarer Weg um eine Windeldermatitis zu behandeln und in Zukunft zu meiden. Wenn Du mehr über Windelfrei erfahren möchtest, möchte ich dir den **Blog „Leonina frei & geborgen“ von Janina** empfehlen. Bei Janina findest Du wertvolle Tipps, wie Du Windelfrei im Alltag integrieren kannst.

Wenn Du dein Kind noch stillst, kann es sinnvoll sein, wenn sich keine Besserung zeigt, deine Ernährung zu überdenken. Vermeide Zucker und Weizen und Milchprodukte. Teste es eine Woche, ob die Haut deines Babys darunter besser wird. Vermeide chemische Badezusätze. Halte generell die Belastung der Haut durch chemische Produkte so niedrig wie möglich.

Was hat die Naturheilkunde für Möglichkeiten?

- 1-2mal täglich können Sitzbäder mit Kamille gemacht werden.
- Außerdem kannst Du noch weitere Kräuter für Sitzbäder nutzen. Dazu eignen sich: Salbei, Thymian, Eichenrinde, Ringelblume (Calendula), Hamamelis, Bärlapp, Ehrenpreis, Stiefmütterchen, Johanniskraut, schwarzer Tee und Sanddorn.
- Du kannst dir eine Salbe aus Kamille und Zinksalbe in der Apotheke anmischen lassen. Diese kannst Du dann mehrmals täglich dünn auf die Haut auftragen.
- Ringelblumentee eignet sich auch wunderbar als Feuchttücherersatz. Dazu 2TL Ringelblumentee auf 250ml kochendes Wasser geben und damit, wenn es lauwarm ist den Windelbereich mit weichen Tüchern reinigen, als Kompressen auf die Haut legen und einwirken lassen, oder als Sitzbad verwenden.
- Schwarzer Tee eignet sich nicht nur für ein Sitzbad, sondern auch als Kompressen sehr wirksam.
- Eine Kleiebad kann ebenfalls wirksam sein. Kleiebäder kann man in der Apotheke kaufen.

Wie kannst Du Vorbeugen?

Lass dein Baby so oft es geht ohne Windeln. Vermeide stark fettende Salben, diese dichten die Haut ab und verhindern, dass die Haut atmen kann. Wechsel nach jedem Urin und Stuhlgang die Windel. Vermeide eine Säure lastige Ernährung und greife lieber zur basenreichen Kost.

Abschließend ist zu sagen, dass eine Windeldermatitis manchmal eine langwierige Sache sein kann. Versuche meine Tipps umzusetzen und dann sollte nach einer Woche eine deutliche Besserung eingetreten sein. Wenn dem nicht so ist, suche bitte einen Kinderarzt auf, damit die Ursache geklärt werden kann.

Wichtiger Hinweis:

Alle hier aufgelisteten Informationen wurden nach meinem besten Wissen aufgeschrieben. Ich habe alles selbst in der Praxis angewendet. Ich habe mich bemüht alles auf dem aktuellsten wissenschaftlichen Stand zu prüfen und hier weiterzugeben. Diese Tipps ersetzen keine Ärztliche oder Heilpraktiker Konsultation. Ich übernehme keinerlei Haftung für Schäden oder Folgen, die sich aus Gebrauch oder Missbrauch der hier veröffentlichten Inhalte ergeben. Mein Ansatz ist lediglich Tipps an die Hand zu geben und Eltern handlungsfähig zu machen, ihre Kinder durch die Krankheit zu begleiten. Jeder Nutzer ist selbst verantwortlich Nutzen und Risiken abzuwägen und ggf. ärztlichen Rat hinzuzuziehen.

Die Inhalte wurden mit größter Sorgfalt und nach bestem Wissen vom Autor erarbeitet und geprüft. Eine Garantie kann jedoch nicht übernommen werden. Ebenso ist die Haftung des Verfassers für Personen-, Sach- und Vermögensschäden ausgeschlossen.

Das Werk, einschließlich seiner Teile, ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung ist ohne Zustimmung des Verlages und des Autors unzulässig. Dies gilt insbesondere für die elektronische oder sonstige Vervielfältigung, Übersetzung, Verbreitung und öffentliche Zugänglichmachung.

Alle Rechte vorbehalten.

