

Kleiner Po in Not

Wunder Po, Windelausschlag, Windeldermatitis: Ganz egal, wie man die Erkrankung auch bezeichnet, für das Baby ist sie unangenehm bis schmerzhaft. Wie stark die Dermatitis das Wohlbefinden des Säuglings beeinträchtigt, hängt von ihrem Schweregrad ab. In leichten Fällen rötet sich die Haut, in anderen bilden sich kleine Knötchen aus, manchmal entstehen sogar offene, blutende Stellen. Ursachen sind häufig mangelnde, falsche oder übertriebene Hygiene, die Umstellung der Ernährung oder bestimmte Lebensmittel, Durchfall und manchmal Unverträglichkeiten oder Allergien. Die gereizte Haut ist sehr empfänglich für zusätzliche Infektionen mit bestimmten Pilzen, Viren oder Bakterien.

Eine der häufigsten Komplikationen ist der **Windelsoor**, verursacht durch den Hefepilz *Candida albicans*. Der Pilz gehört zwar zur normalen Darmflora, kann aber nach der Behandlung mit Antibiotika oder Glucocorticoiden oder wenn der Säugling noch sehr jung und seine Immunabwehr noch schwach ist, überhand nehmen. Bei Windelsoor bilden sich zahlreiche kleine Pusteln



und Knötchen mit Schuppen am Rand des Ausschlags, die in die Umgebung streuen, zum Beispiel in die Leisten, auf den Bauch oder die Oberschenkel. Haben Bakterien die wunde Haut infiziert, entstehen häufig größere Pusteln und Knötchen mit einem roten Hof und oft gelblich aufgelagerten Krusten. Die Entzündung kann sich auch auf den Genitalbereich ausweiten.

Windeln häufig wechseln

Die wichtigste Maßnahme zur Vorbeugung und Behandlung der Windeldermatitis und von Folgeinfektionen ist die konsequente Hygiene im Windelbereich. Egal ob Stoff- oder Einmalwindel, am Po herrscht schnell ein feucht-warmes Klima. Das lässt die Haut aufquellen und macht sie verwundbar für reizende Stoffe aus Harn und Stuhl. Daher sollten Eltern die Haut möglichst trocken halten und nicht erst warten, bis die Windel randvoll ist. Stattdessen sollten sie diese tagsüber regelmäßig wechseln, am besten alle zwei bis drei Stunden. Babys genießen es, sich auch einmal eine Zeit lang ohne Windel bewegen zu können. Dies fördert die Wundheilung.

Hat das Baby ein großes Geschäft erledigt, sollten die Eltern die Windel sofort wechseln. Stuhlreste müssen sie vollständig entfernen. Dazu eignen sich ein warmer, weicher Waschlappen – Seife ist nicht nötig, ein in Wasser getauchtes, fusselfreies Baby-Wattepad oder ein ölgetränktes Tuch. Feuchttücher sind zwar praktisch, enthalten aber häufig reizende Stoffe und sollten daher nur unterwegs zum Einsatz kommen. Nach der Reinigung sollten Eltern den Pobereich vorsichtig trocken

tupfen – nicht reiben. Anschließend können sie eine Wundschutzcreme dünn auftragen. Die üblichen Wundschutzcremes enthalten in der Regel pflegende Stoffe wie Panthenol, Lebertran oder Ringelblume (Calendula) sowie manchmal Harnstoff. Ist die Haut um den Po sehr wund, sollte auch Zink enthalten sein. Für unterwegs gibt es praktische Pflegesprays, zum Beispiel Multilind® Wickelspray oder Mirfulan® Spray N. Von Pudern raten Experten heute ab, da sie verklumpen und die Haut aufscheuern können. Ungeeignet sind auch hydrophobe Salben wie Vaseline oder Melkfett, da sie die Haut zu sehr abdichten und sie sich darunter nur schlecht regeneriert.

Den Arzt aufsuchen

Eltern sollten mit ihrem Säugling den Arzt aufsuchen, wenn der Po trotz konsequenter Pflege länger als eine halbe Woche wund ist, die Rötung nicht mehr scharf begrenzt ist, sich Knötchen in der Umgebung, gelbe Krusten oder Bläschen bilden. Bei offenen Stellen können Ärzte desinfizierende oder gerbstoffhaltige Präparate verschreiben, zum Beispiel mit Chlorhexidin, Hamamelis oder Eichenrinde. Möglich sind auch Sitzbäder oder Umschläge.

Bei **Windelsoor** kommt ein **antimykotisches Präparat** zum Einsatz, zum Beispiel mit **Nystatin**, **Miconazol** oder **Clotrimazol** als Creme, Lotion oder Spray. Bessert sich der Windelsoor nicht oder ist auch der Mund befallen, erweitern Ärzte die Therapie mit Nystatin-Tropfen, -Saft oder -Suspension zur oralen Einnahme. Das Pilzmittel wirkt nur lokal im Magen-Darm-Trakt und wird nicht resorbiert. Liegt eine Infektion mit Bakterien vor, zum Beispiel durch Staphylokokken, verordnet der Arzt unter Umständen eine antibiotische Creme und je nach Ausprägung auch ein orales Antibiotikum. Bei viralen Infekten, zum Beispiel der **Hand-Mund-Fuß-Krankheit** **symptomatische Therapie** möglich.

Wunder Po durch Karotten und Co.

Für einen wunden Po können während der Beikosteinführung oder bei empfindlichen Kindern auch beim Stillen einige Lebensmittel sorgen, zum Beispiel säurehaltiges Obst wie Orangen, Ananas und Erdbeeren oder scharf gewürzte Speisen. Einige Obst- und Gemüsesorten, beispielsweise Karotten, beschleunigen beim ersten Füttern die Verdauung und erhöhen damit die Wahrscheinlichkeit für Windeldermatitis. Nur in sehr seltenen Fällen rötet sich die Haut aufgrund einer Allergie. Aus den genannten Gründen sollten Eltern daher die Babykost mit neuen Lebensmitteln nur nach und nach bereichern und dabei die Pflege rund um den Po intensivieren.