Wunder Po? Das muss nicht sein!

Ein Ratgeber für Eltern

Holsten Pharma
a Rivopharm Company

Freude an Gesundheit!

Vorwort 3

Gut zu wissen:
Zarte Babyhaut in Zahlen 4

Zweimal wunder Po:
Windeldermatitis und Windelsoor 6

Viele Faktoren:
Wie es zum wunden Po kommt 8

Wunder Po:
Was tun? 12

Nystatin und Zinkoxid:
Ein effektives Doppel 14

Bei weiterem Pilzbefall:
Kombitherapie mit Suspension 17

Windeldermatitis vorbeugen:
Tipps für jeden Tag 18

Holsten Pharma:
Freude an Gesundheit 22

Vorwort

Liebe Eltern,

sicher genießen Sie es immer wieder, ihr frisch gewickeltes, duftendes Baby in den Armen zu halten. Sich die kleine Auszeit zu nehmen, es beim Wickeln ausgiebig zu pflegen und strampeln zu lassen, es liebevoll zu kitzeln und sein glückliches Lachen zu hören, gehört zu den schönen Momenten des Tages.

Doch wenn der Po entzündet ist, brennt und juckt, dann hört der Spaß meist auf. Im ersten Lebensjahr leidet fast die Hälfte aller Wickelkinder mindestens einmal unter einer Windeldermatitis. Da heißt es handeln, um Schmerzen zu lindern, Erreger zu stoppen und die Wundheilung zu fördern.

Welche Ursachen zur Windeldermatitis führen, auf welche Anzeichen Sie achten sollten, wie Sie den wunden Babypo wirkungsvoll behandeln und wie man ihm am besten vorbeugt – das möchten wir Ihnen in dieser Broschüre aufzeigen.

Eine unbeschwerte Babyzeit wünscht Ihnen

Ihre Holsten Pharma

KINDER BRINGEN UNS EIN STÜCK HIMMEL AUF DIE ERDE.

– Roland Leonhardt –

Gut zu wissen:

Zarte Babyhaut in Zahlen

- Die Haut eines Babys ist bis zu fünfmal dünner als die Haut eines Erwachsenen [1]
- In den ersten Lebensmonaten sind die schützenden und feuchtigkeitsregulierenden Hautbarrieren – Hornschicht und Säureschutzmantel – noch nicht stabil [1]
- Etwa zwei Drittel aller Babys leiden unter einer trockenen Haut [1]
- Zwei Drittel aller Babys haben mindestens einmal eine leichtere Form der Windeldermatitis [2]
- Jedes vierte Baby wird regelmäßig davon geplagt [2]

Kinder zwischen dem 9. und dem 12. Lebensmonat sind besonders häufig betroffen, da sie sich mehr bewegen und damit automatisch mehr Reibung mit der Windel erzeugen, was die Haut reizt. [3]

1. http://www.dha-hautpflege.de/babyhaut.html **2.** http://www.pharmazeutische-zeitung.de/index.php?id=27747 **3.** http://www.baby-und-familie.de/Gesundheit/Wunder-Po-Was-hilft-413823.html

Zweimal wunder Po: Windeldermatitis und Windelsoor

Die Windeldermatitis ist ein entzündlicher Ausschlag, der im Bereich der Windel auftritt. Der medizinische Fachbegriff lautet Dermatitis glutealis oder Dermatitis ammoniacalis: Dermatitis steht für Hautentzündung und glutealis für das Gesäß, während ammoniacalis auf eine der Hauptursachen des wunden Pos hinweist – das beißende Ammoniak (NH_3), das beim Abbau von Harnstoff entsteht.

Typische Anzeichen der Windeldermatitis sind eine gerötete, geschwollene und berührungsempfindliche Haut im Bereich von Po, Gesäßfalten und Genitalien. Die Symptome können sich auch auf Oberbauch und Oberschenkel ausweiten. Die betroffenen Areale sind unscharf begrenzt und können Schuppen sowie kleine Verletzungen aufweisen. Das Kind fühlt sich unwohl und reagiert mit vermehrtem Schreien, insbesondere beim Wickeln, wenn die angegriffenen Hautstellen berührt werden.

Erreger Nr. 1 bei Hautinfektionen im Windelbereich:

Candida albicans

Durch die fast luftdichte Windel entsteht ein feucht-warmes Milieu, das Entzündungen begünstigt und einen Nährboden für Hefepilze schafft. Meist ist es der Hefepilz Candida albicans, der gewöhnlich im Darm vorkommt und sich nun innerhalb kürzester Zeit auf der Haut ausbreiten kann: Windelsoor ist die Folge. Typische Symptome sind Pusteln, nässende und gerötete Hautstellen mit einem weißlichen Saum, der die betroffenen Bereiche (Po, Genitalbereich) umgibt. Juckreiz, Brennen und Schmerzen geben dem Baby keine Ruhe.

In seltenen Fällen können kleinere Wunden bluten und sich mit Bakterien infizieren, auch der Pilzbefall kann sich weiter ausbreiten, wenn er nicht rechtzeitig behandelt wird.

Übrigens ist Candida albicans...

... ein Hefepilz, der bei 60 bis 80 % aller gesunden Menschen auf der Haut oder im Verdauungstrakt zu finden ist, ohne Krankheitssymptome hervorzurufen[1]

... bei 20 bis 50 % der Bevölkerung auf der Mundschleimhaut angesiedelt[2]

... bei fast 90 % aller Pilzerkrankungen der verantwortliche Erreger, der sich vor allem unter günstigen Bedingungen, wie z. B. geschwächter Immunabwehr des Körpers oder Windeldermatitis, stark ausbreiten kann.[3]

VIELE

Faktoren: Wie es zum wunden Po kommt

Eine Windeldermatitis kann viele Ursachen haben. Grundsätzlich ist die Babyhaut viel dünner als die eines Erwachsenen und ihre Schutzfunktionen sind noch nicht vollständig ausgebildet. Allein dadurch ist sie viel anfälliger für Verletzungen und Erkrankungen.

Eine feuchte, volle Windel schadet dem Po: Das im Harnstoff enthaltene Ammoniak greift den Säureschutzmantel der Haut an, ebenso Verdauungsenzyme aus dem Stuhl. Durchfall, der häufig auch beim Zahnen auftritt, hat eine besonders schädliche Wirkung. In Wegwerfwindeln entsteht zudem schnell ein feuchtwarmes Klima, das die Haut aufquellen lässt und in dem Pilze und Bakterien gut gedeihen können.

Schon die bloße Reibung der Windel an der Haut, wenn das Baby sich bewegt, strampelt und krabbelt, kann die feuchte Haut reizen. Viele Windeln, Reinigungs- und Pflegeprodukte enthalten auch chemische Zusätze, auf die das Baby allergisch reagieren kann. Ebenfalls zu häufiges Baden und Waschen mit Seife kann die empfindliche Babyhaut irritieren.

Die Ernährung der stillenden Mutter wirkt sich auf die Verdauung des Säuglings aus. Zitrusfrüchte, saure Obstsäfte und scharfe Gewürze machen Urin und Stuhl aggressiv im Kontakt mit Babys zarter Haut.

Ist das Immunsystem des Kindes geschwächt, z. B. aufgrund einer Erkrankung oder Behandlung mit bestimmten Medikamenten, reagiert unter Umständen auch seine Haut schneller gereizt und wird anfälliger für einen wunden Po.

1. http://www.medizin.de/ratgeber/candida-albicans-candidiasis.html
2. http://www.pharmazeutische-zeitung.de/index.php?id=37294
3. http://www.medizin-netz.de/umfassende-berichte/candida/

Ursachen für Windeldermatitis auf einen Blick

- Langes Liegen in der feuchten Windel und zu seltenes Windelwechseln
- Veranlagung zu trockener Haut bzw. Neurodermitis
- Durchfallerkrankungen, der dünne Stuhl ist aggressiver und reizt die Haut
- Häufiges Waschen mit Seife sowie lange Bäder greifen den Säureschutzmantel der Haut an
- Ernährung der stillenden Mutter mit sauren und scharfen Lebensmitteln
- Nahrungsumstellung beim Kind, wenn es selbst Fruchtsäfte trinkt oder Zitrusfrüchte isst
- Geschwächtes Immunsystem durch bestimmte Erkrankungen oder Medikamente

Wunder Po: Was tun?

Bei leichten Formen von Windeldermatitis können Eltern schon eine Menge tun, um die Symptome zu lindern:

- Wechseln Sie die Windeln möglichst oft, mindestens 6 x am Tag und jedes Mal gleich nach dem Stuhlgang des Babys
- Reinigen Sie die entzündete Haut vorsichtig mit lauwarmem Wasser und einem frischen Waschlappen, den Sie danach auskochen
- Verzichten Sie bei der Reinigung auf Seife, diese kann den Säureschutzmantel der Haut schädigen
- Einmaltücher für Zuhause oder unterwegs sollten Sie nur dann nutzen, wenn sie frei von Alkohol, Duftstoffen und Konservierungsmitteln sind, da diese Babys angegriffene Haut nur weiter reizen würden
- Tupfen Sie den Po nach der Reinigung sanft trocken – bitte nicht reiben!
- Verwenden Sie kein Puder, dieses kann mit dem Wundsekret verklumpen, das Scheuern verstärken und beim Einatmen sogar gesundheitsschädlich sein
- Lassen Sie Luft an den Po – es wird Ihrem Kind gut tun, bei warmer Umgebungstemperatur nackt auf einer weichen Decke zu strampeln, sooft es möglich ist
- Baden Sie Ihr Kind nur kurz und nicht zu warm. Das Badewasser sollte rückfettendes Öl oder spezielle rückfettende Badezusätze enthalten
- Auch Sitzbäder mit desinfizierenden und entzündungshemmenden Kamilleextrakten haben sich bewährt
- Bitte Babykleidung, die direkt mit der Haut in Berührung kommt, nach einmaligem Tragen waschen, um eine Wiederansteckung mit Erregern zu verhindern

Nystatin und Zinkoxid: Ein effektives Doppel[1]

Eine Windeldermatitis ist oftmals auch mit einer Pilzinfektion, ausgelöst durch den Hefepilz Candida albicans, dem sogenannten Windelsoor, verbunden. Die Haut reagiert mit Rötung, entzündlichen Veränderungen und Nässen. Besonders bewährt hat sich die Behandlung mit zwei natürlichen Wirkstoffen: Nystatin und Zinkoxid.

Warum Nystatin?

- Nystatin ist ein Naturprodukt, das wirksam den häufigsten Hautpilz im Windelbereich „Candida albicans" bekämpft
- Nystatin ist sehr gut verträglich, da es praktisch nicht von der Haut aufgenommen wird und damit auch nicht in den Blutkreislauf gelangt
- Nystatin bleibt auch bei wiederholter Anwendung wirksam gegen die Hefepilze, Resistenzen sind selten

Warum Zinkoxid?

- Zinkoxid lindert den Juckreiz, wirkt desinfizierend und hemmt die Entzündung
- Zinkoxid bindet flüssiges Wundsekret und trocknet die Haut ab, ohne sie auszutrocknen
- Zinkoxid wirkt als schützende Barriere, fördert die Wundheilung und schnelle Regeneration der Babyhaut

Die Wirkstoffe sollten in Form einer angenehm aufzutragenden Heilpaste – z. B. Nystatin Holsten Softpaste – 3–4 x täglich auf die betroffenen Hautstellen aufgetragen werden. Bei Anwendung über einen Zeitraum von durchschnittlich 2 bis 4 Wochen tritt meist schon nach wenigen Tagen eine Besserung ein.
Die Softpaste sollte auch noch einige Tage nach dem Abklingen der Beschwerden weiter verwendet werden, um einen Rückfall zu vermeiden.

1. Aktuelle Fachinformation NYSTATIN Holsten SOFTPASTE.

DREI DINGE SIND UNS AUS DEM PARADIES GEBLIEBEN: DIE STERNE DER NACHT, DIE BLUMEN DES TAGES UND DIE AUGEN DER KINDER.

– Dante Alighieri –

Wichtig: Gehen Sie zum Arzt

Wenn sich die Entzündung nach ein paar Tagen nicht bessert oder Ihr Kind Fieber hat, gehen Sie bitte zum Arzt.

Er kann ausschließen, dass eine andere Erkrankung dahinter steckt, wie z. B. eine Kontaktallergie, Neurodermitis oder Schuppenflechte, und die richtige Behandlung empfehlen.

Bei einer wiederkehrenden Windeldermatitis ist es wichtig, das Kind auf andere Erkrankungen hin zu untersuchen, die das Immunsystem schwächen können.

Bei weiterem Pilzbefall: Kombitherapie mit Suspension

Falls der Soor auch den Mund, die Speiseröhre oder den Magen-Darm-Trakt des Babys befallen hat, kann sich die zusätzliche Therapie von innen, z. B. mit Nystatin Holsten Suspension, empfehlen. Dadurch kann bei gleichzeitigem Auftreten von Mund- und Windelsoor – mit Nystatin Holsten Suspension und Nystatin Holsten Softpaste – die Mundhöhle, der Magen-Darm-Trakt und der Po des betroffenen Babys behandelt werden. So kann ein ständiges Wiederauftreten der Infektion in der Regel verhindert werden.

In diesem Fall gelten auch zusätzliche hygienische Vorsichtsmaßnahmen: Fällt der Schnuller herunter, lutschen Sie ihn nicht ab, sondern kochen Sie ihn aus. Verwenden Sie zum Vorkosten stets einen eigenen Löffel. Alle Flaschensauger, Schnuller und Beißringe sollten regelmäßig und häufig ausgekocht, Besteck und Geschirr am Essenstisch der Familie nicht geteilt werden. Stillenden Müttern wird auch geraten, die Brust mitzubehandeln, um das Risiko des Wiederauftretens zu mindern.

Windeldermatitis vorbeugen: Tipps für jeden Tag

Mancher Babypo ist so empfindlich, dass er nur schwer vor Reizungen bewahrt werden kann. Dennoch können Sie das Risiko für eine Windeldermatitis verringern, wenn Sie - neben den bereits beschriebenen Maßnahmen - die nachfolgenden Empfehlungen beachten:

- Benutzen Sie luftdurchlässige und stark saugfähige Windeln und legen Sie diese nicht zu eng an
- Stillende Mütter sollten auf Zitrusfrüchte, saure Obstsäfte und scharf gewürzte Speisen verzichten und das Essen nur schwach salzen
- Auch sollten sie so wenig Zucker wie möglich zu sich nehmen, weil dieser den pH-Wert des Urins anhebt und einen idealen Nährboden für Hefepilze bildet
- Mediziner empfehlen, Säuglinge möglichst lange zu stillen, da gestillte Kinder seltener an Windeldermatitis erkranken als ungestillte
- Wenn Sie Ihr Kind mit dem Fläschchen ernähren, wählen Sie besser eine hypoallergene Säuglingsnahrung (HA-Nahrung)

Das effektive Doppel von Holsten Pharma: Gegen Windeldermatitis und Mundsoor

- **Nystatin – Der natürliche Wirkstoff bekämpft** wirksam die **Hefepilzinfektion**
- **Zinkoxid – Bindet die Feuchtigkeit**, ohne die Haut auszutrocknen
- **Lindert spürbar den Juckreiz**, hemmt die Entzündung und **fördert die Wundheilung**
- Mit angenehmer Textur für **leichtes und wohltuendes Auftragen**

Nystatin Holsten Softpaste

Nystatin Holsten Suspension

Nystatin Holsten Softpaste mit Nystatin 100.000 I.E. und Zinkoxid 200 mg zur Anwendung auf der Haut. Zur Anwendung bei Nystatin-empfindlichen Hautpilzerkrankungen, wie Windeldermatitis, die vor allem die Körperhautfalten betreffen (Zwischenfinger- bzw. Zwischenzehenbereiche, Leistengegend, Dammregion und unterhalb der Brüste). **Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. Holsten Pharma GmbH,** Hahnstraße 31-35, 60528 Frankfurt am Main. **Stand: Oktober 2018**

Nystatin Holsten Suspension Suspension mit 100.000 I.E. Nystatin zur Anwendung in der Mundhöhle und zum Einnehmen. Zur topischen Behandlung von durch Hefepilze (vor allem Candida albicans und andere Candida-Arten) hervorgerufenen Infektionen der Mundhöhle (Mundsoor), des Oesophagus (Speiseröhre) und des Magen-Darm-Traktes (Darmsoor). **Warnhinweise:** Enthält Parabene E 218 und E 216, enthält Sucrose (Zucker) **Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.** Holsten Pharma GmbH, Hahnstraße 31-35, 60528 Frankfurt am Main. **Stand: Oktober 2018**

Holsten Pharma:

Freude an Gesundheit!

Der Name Holsten Pharma steht für hochwertige Arzneimittel, die in Europa hergestellt werden. Vor mehr als 50 Jahren in Hamburg gegründet, hat das Unternehmen heute seinen Sitz in Frankfurt am Main.

Seit März 2016 ist die Holsten Pharma GmbH eine 100%ige Tochter des Schweizer Pharma-Unternehmens Rivopharm SA, das für Schweizer Qualität und Zuverlässigkeit steht.

Holsten Pharma bietet bewährte Arzneimittel zu einem überzeugenden Preis-Leistungs-Verhältnis. Damit steht das Unternehmen zu seiner Verantwortung, mit seinem Produktangebot Patienten zu mehr „Freude an Gesundheit" zu verhelfen.

HOLSTEN03

Holsten Pharma GmbH
Hahnstr. 31-35
60528 Frankfurt / Main

info@holstenpharma.de
www.holstenpharma.de

Holsten Pharma
a Rivopharm Company

Freude an Gesundheit!