



*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 wundern 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. Windeldermatitis ist eine sehr häufige Hauterkrankungen bei Säuglingen und Kleinkindern.<sup>1</sup> 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 -

22

18

Gut zu  
wissen:

14

7

5

$\frac{2}{3}$

3

9



## Zarte Babyhaut in Zahlen

- Die Haut eines Babys ist ist etwa 20 - 30% dünner als die Haut eines Erwachsenen<sup>2</sup>
- Im ersten Lebensjahr leiden viele Babys unter trockener Haut<sup>3</sup>
- Ca. 66% aller Babys leiden unter einer Form der Windeldermatitis<sup>4</sup>
- Jedes vierte Baby wird regelmäßig von Windeldermatitis geplagt<sup>4</sup>
- Bei etwa 6% der Betroffenen tritt eine schwere Verlaufsform mit Papeln (Knötchen) und Pusteln (Eiterbläschen) auf<sup>5</sup>
- Am häufigsten erkranken Kinder zwischen dem 9. und dem 12. Lebensmonat<sup>1</sup>

Die Hautzellen sind beim Baby kleiner und die Hornschicht dünner als bei Erwachsenen, wodurch ihr die mechanische Festigkeit der Erwachsenenhaut noch fehlt. Sie ist leichter irritierbar und reagiert empfindlich auf Reibung.<sup>6</sup>



## *Zweimal wunder Po: Windeldermatitis und Windelsoor*

Die Windeldermatitis ist eine entzündliche Hautveränderung, die im Bereich der Windel durch Reizung und Feuchtigkeit hervorgerufen wird. Wird die Windel nicht oft genug gewechselt, kann sich aus dem Urin Ammoniak bilden, welches die Babyhaut reizt. Die Folge ist, dass der Po des Babys relativ schnell wund wird.<sup>7</sup>

Typische Anzeichen der Windeldermatitis sind eine flächenhaft gerötete, schmerzende oder juckende und berührungsempfindliche Haut im Bereich von Po, Gesäßfalten und Genitalien. Die Symptome können sich auch auf Bauch und Oberschenkel ausweiten. Des weiteren empfindet das Baby beim Urinieren Brennen. Mit der Zeit können sich auch offene und schuppige Hautstellen bilden. Zusätzlich kann die Windel nach Ammoniak riechen.<sup>7</sup> 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*

Bakterien oder Pilze (Windelsoor), welche über den Kot und den Urin ausgeschieden werden sind in der Lage sich an lädierten Hautstellen anzusiedeln und dort eine Infektion auszulösen.<sup>7</sup> Meist ist es der Hefepilz *Candida albicans*, der gewöhnlich in der Mundhöhle, im Darm und auf der Haut vorkommen kann und sich nun innerhalb kurzer Zeit auf der Haut ausbreiten kann: Windelsoor ist die Folge. Mit der Infektion bilden sich rote, manchmal weiß umrandete Bläschen und Pusteln. Diese fließen teilweise zu roten Flächen zusammen. Die Haut bildet zudem oft einen weißlichen, schuppigen Kranz an den Rändern des Ausschlags.<sup>9</sup>

Bei nicht rechtzeitiger Behandlung des Windelsoors besteht die Gefahr, dass sich der Pilzbefall großflächig weiter ausbreitet.



# Übrigens ist *Candida albicans*...

... ein Hefepilz, der bei ca. 20% aller gesunden Menschen auf der Haut zu finden ist und bei 30 - 60% der Bevölkerung im Versauerungstrakt angesiedelt ist, ohne Krankheits-symptome hervorzurufen.<sup>10</sup>

... bei 20 bis 50% der gesunden-Bevölkerung auf der Mund-schleimhaut angesiedelt<sup>8</sup>

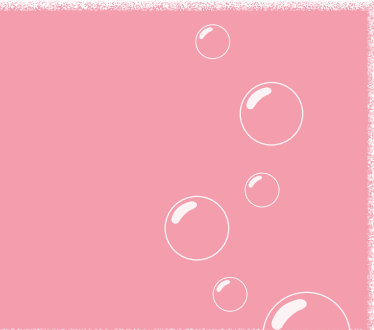
... bei fast 90% aller Pilzkrankungen der verantwortliche Erreger, der sich vor allem unter günstigen Bedingungen, wie z. B. geschwächter Immunabwehr des Körpers<sup>11</sup> oder Windeldermatitis, stark ausbreiten kann.

## *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.<sup>6</sup>

Eine feuchte, volle Windel schadet dem Po: Urin und Stuhl, die in Kontakt mit der Haut kommen beeinträchtigen die natürliche Schutzbarriere der Haut. Durch die Zersetzung des Urins durch Bakterien entsteht Ammoniak, welcher stark reizend auf die Haut wirkt.<sup>5</sup> Erhöhte Stuhlfrequenz oder Durchfall sind ebenfalls ein Risikofaktor für einen wunden Po.<sup>1</sup>

Luftundurchlässige Plastikwindeln sollten Eltern vermeiden, da keine Luft an den Po des Babys kommen kann.<sup>4</sup> Es entsteht schnell ein feucht-warmes Klima, das die Haut aufquellen lässt und in dem Pilze und Bakterien gut gedeihen können.



Schon die bloße Reibung zwischen Windel und Haut, wenn das Baby sich bewegt, strampelt und krabbelt, kann die Haut mechanisch reizen.<sup>5</sup> 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. Allgemein sind übertriebene Hygiene und aggressive Reinigungsmethoden in der Genitalregion für das Baby ein Risiko!

Auch die Einnahme von Antibiotika kann dazu führen, dass eine Windeldermatitis entsteht!





## *Risikofaktoren für Windeldermatitis auf einen Blick<sup>1</sup>*

- Die Windel wird nicht oft genug gewechselt
- Mangelnde Reinigung des mit Kot verschmutzten Bereichs
- Durchfallerkrankungen
- Mundsoor
- Säurehaltige und scharfe Nahrung
- Beginn der Beikost
- Zinkmangel beim Kind
- Einnahme von Antibiotika
- Hohe Anzahl vorheriger Episoden von Windeldermatitis

## Wunder Po: Was tun?

Es ist ganz gleich, ob das Kind unter einem wunder Po oder einem Pilzbefall im Windebereich leidet. Besonders wichtig ist, dass der Po immer trocken gehalten wird.<sup>7</sup>

- Wechseln Sie die Windeln generell häufig und vor allem direkt nach der Stuhlentleerung.<sup>7</sup>
- Trocknen Sie den Windelbereich sorgfältig und behutsam nach der Reinigung oder dem Bad (vor allem in den Hautfalten).<sup>7</sup>
- Vermeiden Sie hautirritierende Substanzen. Einmaltücher für Zuhause oder unterwegs sollten Sie nur dann nutzen, wenn sie frei von Alkohol, Duftstoffen und Konservierungsmitteln sind.<sup>5</sup>
- Zinkhaltige Hautcremes können dafür sorgen, dass die Feuchtigkeit von den betroffenen Hautstellen ferngehalten wird.<sup>7</sup>
- Verwenden Sie kein Puder das bei Feuchtigkeit verklumpen kann, denn dies ist ein



Irritationsfaktor der Haut erster Güte.<sup>4</sup>

- Lassen Sie viel Licht und Luft an den Po des Kindes; denn so heilt er besser und schneller<sup>7</sup>
- Kamillebäder können die angegriffene Haut beruhigen (1 l Kammittee ins Badewasser gießen<sup>7</sup>)
- Babykleidung, die direkt mit der Haut in Berührung kommt, nach einmaligem Tragen

waschen, um eine Wiederansteckung mit Erregern zu verhindern

- Auch ein paar Tropfen Muttermilch auf die wunden Hautstellen können die Hautreizung lindern.<sup>7</sup>
- Vermeiden Sie luftundurchlässige Plastikwindeln. Nehmen Sie Wegwerfwindel, die luftdurchlässig sind.<sup>7</sup>

## *Nystatin und Zinkoxid: Ein effektives Doppel<sup>10, 12</sup>*

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 Wirkstoffen: Nystatin und Zinkoxid.

### **Warum Nystatin?**

- Nystatin bekämpft den häufigsten Hautpilz im Windelbereich „*Candida albicans*“.
- 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 deckt die Haut schützend ab
- Zinkoxid bindet feuchtes Sekret (flüssige Wundabsonderung), ohne sie auszutrocknen
- Zinkoxid fördert die Wundheilung

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 Pilzkrankungen der Haut mit *Candida* beträgt die Therapiedauer 2-4 Wochen.

Die Softpaste sollte auch noch einige Tage nach dem Abklingen der Beschwerden weiter verwendet werden, um einen Rückfall zu vermeiden.

A photograph of two young girls with curly brown hair, wearing pink dresses with white long sleeves and pink ribbons. They are hugging and kissing each other on the cheek. The girl on the left is wearing a pink headband with a white flower. The girl on the right is wearing a pink headband with a white and pink striped pattern. The background is plain white.

Warum?

Darum!

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 Windel-dermatitis ist es wichtig, das Kind auf andere Erkrankungen hin zu untersuchen, die das Immunsystem schwächen können.

## **Bei weiterem Pilzbefall: Kombitherapie mit Suspension**

Wo ein Windelsoor auftritt, da ist leider oft ein Mundsoor nicht weit. Juckt es dem Baby im Genitalbereich, können über die Finger und Händchen die Sporen in den Mund übertragen werden. Aus diesem Grund: Bei Windel- und Mundsoor die Finger nicht in den Mund stecken. So kann ein ständiges Wiederauftreten der Infektion in der Regel verhindert werden. Und sollte sich die Krankheit doch einmal ausweiten, können Sie mit dem Duo aus Nystatin Holsten Softpaste & Nystatin Holsten Suspension dagegen vorgehen.<sup>10, 12-14</sup>

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 BeiBringe sollten regelmäßig und häufig ausgekocht, Besteck und Geschirr am Esstisch 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:

- Wechseln Sie die Windeln so oft wie möglich (bei Neugeborenen etwa alle 2 Stunden, später alle 3 -4 Stunden).<sup>7</sup>
- Entfernen Sie die Windel direkt nach der Stuhlentleerung.<sup>7</sup>
- Reinigen Sie die Haut nach jedem Stuhlgang mit milden, leicht sauren Reinigungsprodukten<sup>5</sup>
- Verwenden Sie Öle oder ölhaltige Einmaltücher zur schonenden Entfernung von Stuhlresten.<sup>5</sup>
- Meiden Sie bei der Reigung und Pflege alkoholische oder entfettende Substanzen, um die Barrierefunktion der Haut zu schützen.<sup>4</sup>
- Verzichten Sie besser auf feuchte Tücher, denn sie können eine Windeldermatitis begünstigen.<sup>7</sup>
- Stillen bietet einen gewissen Schutz gegen Windeldermatitis.<sup>7</sup>
- Verwenden Sie regelmäßig zinkhaltige oder feuchtigkeitsspendende Schutzcremes zur Vorbeugung von Hautirritationen.<sup>5</sup>



# Das effektive Doppel von Holsten Pharma:

- **Nystatin – Bekämpft Hefepilzinfektion**, wie sie z.B. durch **Candida albicans** hervorgerufen werden können<sup>10,12-14</sup>
- **Zinkoxid** – deckt die Haut schützend ab, wirkt entzündungshemmend und fördert die Wundheilung<sup>10,12</sup>
- Mit angenehmer Textur für **leichtes und wohltuendes Auftragen**



# Gegen Windeldermatitis und Mundsoor

## Nystatin Holsten Suspension

Made in  
Germany



**Nystatin Holsten Softpaste** Paste zur Anwendung auf der Haut mit 100.000 I.E. Nystatin und 200 mg Zinkoxid zur Anwendung bei Erwachsenen, Kindern und Säuglingen **Wirkstoffe:** Nystatin und Zinkoxid. **Anwendungsgebiete:** Zur Anwendung bei Nystatin empfindlichen Hautpilzkrankungen, wie Windeldermatitis, die vor allem die Körperhautfalten betreffen (Zwischenfinger- bzw. Zwischenzehenbereiche, Leistenregion, Dammregion und unterhalb der Brüste). **Zul.-inh.:** Holsten Pharma GmbH, Hahnstr. 31-35, 60528 Frankfurt am Main **Stand:** Juli 2025

Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke

**Nystatin Holsten Suspension.** Suspension mit 100.000 I.E. Nystatin zur Anwendung bei Säuglingen, Kindern und Erwachsenen **Wirkstoff:** Nystatin. **Anwendungsgebiete:** Zur topischen Behandlung von durch nystatinempfindliche Hefepilze (vor allem *Candida albicans* und andere *Candida*-Arten) hervorgerufenen Infektionen der Mundhöhle (Mundsoor), des Oesophagus (Speiseröhre) und des Magen-Darm-Traktes (Darmsoor). **Warnhinweis:** Enthält Parabene (Methyl-4-Hydroxybenzoat (E 218), Propyl-4-Hydroxybenzoat (E 216)) und Saccharose (Zucker). **Zul.-inh.:** Holsten Pharma GmbH, Hahnstr. 31-35, 60528 Frankfurt am Main **Stand:** Juli 2025

Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke



**Holsten  
Pharma:**

## ***Freude an Gesundheit!***

Der Name Holsten Pharma steht für hochwertige Arzneimittel. 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.

### **Wichtiger Hinweis:**

Diese Broschüre enthält nur allgemeine Hinweise und darf nicht zur Selbstdiagnose oder -behandlung verwendet werden. Sie kann einen Arztbesuch nicht ersetzen.



Quellen (Internet abgerufen am 16.06.2026):

1. Kretschmer C; Windeldermatitis (2022); <https://www.gelbe-liste.de/krankheiten/Windeldermatitis>
2. Beiersdorf; Die Haut – in verschiedenen Altersstufen; <https://www.eucerin.de/beratung/die-haut-grundlagen/die-haut-in-verschiedenen-altersstufen>.
3. Pädia; Zart und empfindlich – Babyhaut richtig pflegen; <https://www.paedia.de/wissenswertes/babyhaut/>
4. Pharmazeutische Zeitung; Fünf Regeln gegen Windeldermatitis (2005); <https://www.pharmazeutische-zeitung.de/medi-zin1-17-2005/>
5. Gehring W.G.; Windeldermatitis (2024); <https://www.gesundheits-lexikon.com/Haut-Haare-Naegel/Windeldermatitis/Einleit-ung>
6. Dermatologikum Hamburg; Die Besonderheiten der Haut von Kindern und Babys (2022); <https://www.dermatologikum.de/magazin/die-besonderheiten-der-haut-von-kindern-und-babys>
7. Arbeitsgemeinschaft Pädiatrische Dermatologie e.V.; Was ist eine Windeldermatitis/Windelseor, <https://www.kinderaerz-te-im-netz.de/krankheiten/windeldermatitis-windelseor/>
8. Pharmazeutische Zeitung; Hilfe bei Hefepilz-Infektionen; <https://www.pharmazeutische-zeitung.de/ausgabe-122011/hil-fe-bei-hefepilz-infektionen/>
9. Christina Trappe; Windelseor erkennen (2021); <https://www.netzdoktor.de/krankheiten/soor/windelseor/erkennen/>
10. Gebrauchsinformation Nystatin Holsten Softpaste, Stand Juli 2025
11. M. Czioska; Candida (2006), <https://www.medizin-netz.de/umfassende-berichte/candida/>
12. Fachinformation Nystatin Holsten Softpaste, Stand: Juli 2025
13. Fachinformation Nystatin Holsten Suspension, Stand: Juli 2025
14. Gebrauchsinformation Nystatin Holsten Suspension, Stand: Juli 2025

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

[info@holstenpharma.de](mailto:info@holstenpharma.de)  
[www.holstenpharma.de](http://www.holstenpharma.de)

**Holsten**  **Pharma**  
a Rivopharm Company

Freude an Gesundheit!