

Neurodermitis bei Babys: Ein Ratgeber für Eltern

Wichtige Informationen und praktische
Tips zur Linderung und Pflege



1. Was ist Neurodermitis & Typische Anzeichen

Die natürliche Hautbarriere ist gestört. Der Fettreichtum fehlt, Fettsäuren sind abgespalten, sie trocknet aus, wird rissig und entzündet sich. Das Kind leidet unter Schmerzen und besserem und schlechteren Phasen.

- Betroff. ca. 10-15% der Babys
- Bei Besserung im Laufe der Jahre



- Frohsinn, schläft gut
- Rötungen, Erosionen (am Gesicht/Wangen)
- Starker Juckrath (Baby ist unruhig, reibt)
- Nässende oder verkrustete Stellen
- Bei älteren Babys: Ekzeme in Ellenbeugen/Kniekehlen

2. Basispflege: Das A und O

Wichtigster Bestandteil, stärkt die Hautbarriere – auch in erscheinungsfreien Phasen.

Grundregeln

- Mindstens 2x täglich eincremen (möglichst nach dem Bad)
- Bei sehr trockener Haut häufiger (z.B. nach Windelwechsel)
- Rasieren möglich (nicht sparsam sein)
- Auch gesunde Stellen pflegen



Produktwahl

- Parfümfrei, hypoallergene Produkte
- Winter: fettere Salben
- Sommer: leichtere Lotions
- Überall: ohne Lebensmittel
- Bewohnt: Glycerin, Panthenol, Sheabutter

3. Baden und Waschen

Kurze Bäder (5–10 Min) mit lösungswarmem Wasser (ca. 37°C) sind besser als lang/heiß.

- Rückfettende Ölböden/Zusätze
- Waschgel mit milden Säuren
- Haut darf schwitzen, nicht rubbeln
- Innenhülle von 3 Minuten nach dem Bad eincremen



4. Kleidung und Textilien

Was die Haut mag:

- Weiche Baumwolle oder Seide
- Spezielle Neurodermitis-Textilien
- Weile, luftige Schnitte
- Nahtlose Kleidung
- Trocken waschen

Was die Haut nicht mag:

- Woll- oder Synthetikfasern
- Stoffe mit Kordeln
- Scheuernde Elastiken/Nähte

Waschen:

- Parfümfreies Waschmittel
- Keinen Weichspüler
- Gut ausspülen

5. Juckreiz lindern & Häufige Auslöser (Trigger)

Individuell verschiedene. Mögliche Trigger:

- Schwitzan/Überwärmung
- Trockene Hautoberfläche (Winter)
- Infekte/Erlungen
- Stress/Affektionen
- Medikamente/Arzneimittel (bei Allergie)
- Hausstaubmilben, Tierhaare, Pollen
- Wäschestoffe/Pflanzenschutzmittel

Tipps: Führen Sie ein kleines Tagebuch.

Ernährung und Allergien

Am besten: Stillen, dann Vollmilch.

- Stillen ist ideal (min. 4 Monate)
- Fischeneiernahrung: MA-Nahrung nur auf ärztliche Empfehlung
- Brotteig mit Mehl normal säubern
- Nahrungsmittel nicht vorsorglich weglassen
- Bei Allergieverdacht: Kinderarzt konsultieren



Wohnumgebung, für Sie als Eltern & Wann zum Arzt?

Wohnumgebung optimieren

- Raumtemperatur 18–20°C
- Luftfeuchtigkeit 40–60%
- Regelmässig lüften
- Schlafzimmer reduzieren
- Milbenarme Matratzen
- Rauchfreie Umgebung

Für Sie als Eltern

- Sie irren keine Schuld
- Erklären Sie die tatsächlichen Probleme
- Holen Sie sich Unterstützung
- Achten Sie auf sich selbst
- Prognose ist oft gut

Wann zum Kinderarzt?

- Erstmalige Hautuntersuchungen
- Starkes Jucken trotz Behandlung
- Hautinfektion (Eiter, Krusten, Fieber)
- Schlafstörungen durch Juckreiz
- Vorhandensein einer Milbenallergie
- Fragen zur Behandlung



deingesundeskind.ch