

Tipps zum

# WICKELN EINES BABYS

Mirijam Neuhold

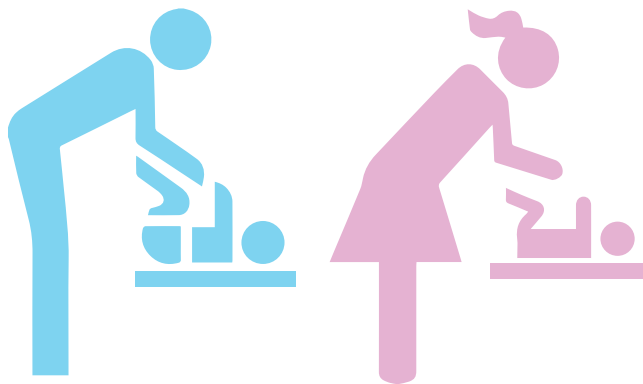
Feb. 2016

## INHALTSVERZEICHNIS

---

In diesem Folder geht es um das Thema „Das Wickeln eines Babys“. Es werden auch einige Tipps und Tricks beschrieben.

Seite 3	<b>Vor dem Wickeln</b>
Seite 4	<b>Wickeln nach Kinästhetischen Gesichtspunkten</b>
Seite 5	<b>Wickeln und Wundsein</b>
Seite 6	<b>Maßnahmen bei Soor</b>
Seite 7	<b>Vor-/Nachteile von Stoffwindeln</b>
Seite 8-9	<b>Wickeln mit Stoffwindeln</b>
Seite 10	<b>Mullwindeln für Neugeborene</b>
Seite 11	<b>Fakten, Buchtipps und Literatur</b>



## VOR DEM WICKELN

---

### Vor dem Wickeln

- Wo werden wir wickeln?
- Einen Wickeltisch wählen, der rüchenschonendes Arbeiten erlaubt, oder eine Wickelunterlage auf dem Boden positionieren.
- Utensilien zum Wickeln vorher herrichten bzw. am Wickeltisch vorbereiten (Windeln, Wasser, Waschlappen, Reinigungstücher, Wechselkleidung).
- **Kind am Wickeltisch nie allein lassen!**
- Ideale Raumtemperatur beim Wickeln 22 - 24 °C. (Radiatoren können für zusätzliche Wärme sorgen)

### Wickeln nach kinästhetischen Gesichtspunkten





## WICKELN NACH KINÄSTHETISCHEN GESICHTSPUNKTEN

---



### Vorgehen

- 1 | Kind in Rückenlage positionieren
- 2 | Drehung des Kindes in Seitenlage, Verschmutzte Windel einschlagen ,Kind auf die andere Seite drehen, Gesäß reinigen, Verschmutzte Windel entfernen
- 3 | Neue Windel in Seitenlage unterlegen
- 4 | Kind in Rückenlage drehen, neue Windel fixieren
- 5 | Jede Drehung bewirkt eine Bauchmassage (Hoehl & Kulick, 2012)



## WICKELN UND WUNDSEIN

---

Jedes Baby wird einmal wund. Weder besonders gute Pflege noch eine besondere Windelart können dies vollkommen verhindern. Ist es passiert, sollte man zunächst Ruhe bewahren und nicht mit intensiven Heilsalben auf den Po losgehen.

### Nach Ursachen forschen

Ein wunder Windelbereich kann durch eine momentane Immunschwäche des Babys und/oder scharfen Stuhlgang verursacht werden. Manche Kinder reagieren so auf das Zahren.

Windeldermatitis

Worauf sollten Sie achten:

- Hygiene und die Routine des Säuberns: wie oft wird die Windel gewechselt, wie wird gereinigt, Waschutensilien oder Feuchttücher, was könnte die Haut irritieren (Duftstoffe, Farbstoffe)?
- Welche Windeln werden verwendet (Wechseln der Windelmarke/-art)?
- Reibt die Windel, ist der Reinigungsvorgang hautirritierend?
- Vorangegangene Medikationen (Antibiotikum oder andere Medikamente)
- Wie häufig hat das Baby Stuhl und Urin, wie sieht die Stuhlbeschaffenheit aus?
- Pflegeprodukte, die auf die Haut aufgetragen werden (Salben jeglicher Art)
- Ernährung (Muttermilch, Folgemilch, Einführung von anderen Nahrungsmitteln)
- Erkrankungen des Verdauungssystems

### Tipps

- Wechseln Sie die Windeln häufig und säubern Sie den Windelbereich sanft
  - Häufiges Windelwechseln hält die Feuchtigkeit von der Haut fern
  - Sanftes Säubern im Windelbereich mit einem weichen Waschlappen oder unter laufendem Wasser verhindert Hautirritationen. Verwenden Sie keine Feuchttücher, die Alkohol enthalten
  - Lassen Sie den Windelbereich solange wie möglich an der Luft trocknen
  
  - Schützen Sie die Haut
    - o Wenn eine Rötung aufgetreten ist, tragen Sie Heilsalbe (z.B. Mirfulan, Inotyol, Windelbalsam nach Stadelmann etc.) dick auf
    - o Vermeiden Sie Windeln, die Reibung verursachen
    - o Verwenden Sie gut saugfähige Einlagen oder saugfähige Wegwerfwindeln. Die Wegwerfwindel-Sorte ggf. wechseln
-

## MASSNAHMEN BEI SOOR

---

- Kurzzeitig die Wickelart wechseln, von Wegwerf- zu Stoffwindeln oder umgekehrt
- Viel frische Luft. Wenn man das Baby nicht nackt lassen möchte, kann man ihm auch eine Unterhose oder dünne Bindewindeln anziehen. Vorsicht, dass das Kind nicht unterkühlt!
- Einlagen aus naturfetter Heilwolle (Wollvlies) oder gestrickte Wollinlagen oder Einlagen aus Bourette-Seide. Immer beobachten wie ihr Kind darauf reagiert
- Sitzbäder mit Eichenrinde, Zinnkraut oder Totes-Meer-Salz. Bei Verdacht auf einen Windelsoor keine Vollbäder
- Die Haut gut trocknen lassen und pflegen
- Gehen Sie zum Kinderarzt oder fragen Sie ihre Hebamme, wenn
  - sich Blasen oder ein Soor zeigt
  - die Stellen tief rot und die Haut sehr empfindlich ist
  - die Rötung mehr als drei Tage anhält
  - zusätzlich Fieber, Verhaltensänderung oder Veränderung im Fütterverhalten auftreten

(Clark-Greuel, Helmes, Lawrence, Odio & White, 2014; Meihöfer, 2016)

### Maßnahmen bei Soor

- Die stillende Mutter muss darauf achten, dass kein Ping-Pong-Effekt eintritt, denn der Soor befällt ebenfalls den Mund des Babys und damit auch ihre Brustwarzen, welche dann wund werden. Dies erfordert eine ärztliche Behandlung und zusätzliche hygienische Maßnahmen.
- Als Wundeinlage kann Wollvlies verwendet werden, das nach dem Gebrauch entsorgt wird.
- Zuckerfreie Ernährung.
- Waschbare Windeln müssen in ein Wasser-Essig-Gemisch (Vorsicht bei Stoffwindeln mit eingenähten Überhosen oder Bündchen - kann spröde machen oder nicht mehr dicht halten) eingelegt werden.
- Darmflora mit „guten Bakterien“ stärken (Antibiophilus, Bigaia).

## VOR- UND NACHTEILE VON STOFFWINDELN

---

Stoffwindeln haben sowohl Vor- als auch Nachteile.

werden von **empfindlichen** Babys besser getragen  
sind in ihrer **Umweltbilanz** von den Eltern beeinflussbar  
nach dem **einmaligen Kauf** stehen sie zu Hause zur Verfügung  
in der Regel **preisgünstiger**



verhelfen Kindern zu einem Gefühl für ihre körperlichen Vorgänge, was nach Ansicht mancher dazu führt, dass sie schneller **trocken werden**  
füllen die **Mülltonne** nicht

nicht völlig **geruchsfrei**  
nehmen weniger **Flüssigkeit** auf  
machen nicht immer ein dünnes **Windelpaket**  
sind **nicht** in jedem Supermarkt **erhältlich**  
schwieriger für **Reisen** geeignet  
erfordern meist etwas mehr Übung, Geschick und Zeit beim **Anlegen**  
müssen gewaschen werden (**Kosten, Aufwand**)



(Meihöfer, 2016)

## ANLEITUNGEN ZUM WICKELN MIT STOFFWINDELN

---

- 1 | Breiten Sie die Strickwindel vor sich auf dem Wickeltisch aus. Das schmale Vorderteil wird bis zu den Bändern umgeschlagen. Ist Ihr Baby noch sehr klein, können Sie die Strickwindel durch Umfalten des oberen Windelrandes verkürzen und damit die Größe regulieren. Legen Sie nun die Moltoneinlage darauf.



- 2 | und 3 | Ihr Baby wird auf den Windelpack gelegt. Zuerst wird die Einlage zwischen den Beinchen noch oben gezogen.



- 2 | und 3 | Schlagen Sie nun das eine Oberteil und dann das andere nach innen. Dabei den Stoff ganz leicht unter Spannung halten.



- 
- 4 | und 5 | Ziehen Sie den Windellatz zwischen den Beinchen über den Bauch hoch. Auch hier können Sie durch Umschlagen des Latzes die Größe der Windel regulieren. Zum Schluss werden die Bänder der Strickwindel auf dem Rücken Ihres Babys gekreuzt, nach vorne gezogen und zu einer Schleife gebunden.



Die feine Strickart macht die Windel angenehm elastisch, so dass sie sich dem Körper Ihres Babys sehr gut anpasst. Ihr Kind ist nicht eingengt, sondern ist sanft umschlossen und hat genügend Bewegungsfreiheit.



- 6 | Als wasserdichte, aber luftdurchlässige Hülle wird die Wollwindelhose über das Wickelpaket gezogen. Ihre weichen Bündchen schließen das Windelpaket an Bauch und Beinchen sanft ab. Zusätzlich hält sie Ihr Baby schön warm, ohne zu überhitzen, denn Wolle gleicht aus.

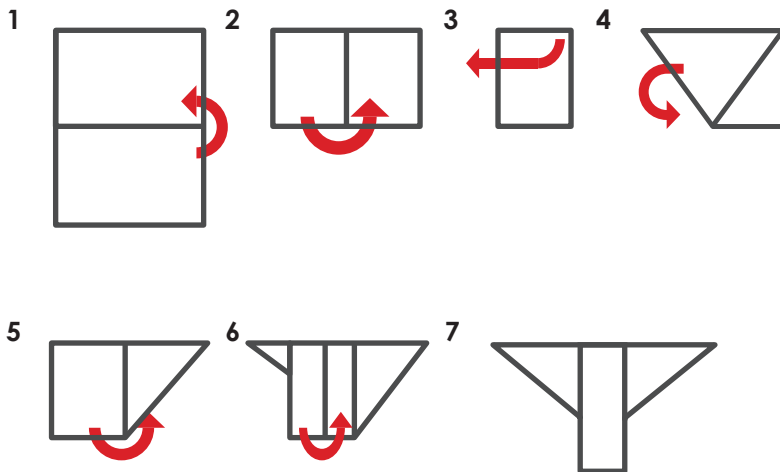
## MULLWINDELN FÜR NEUGEBORENE

---

### Mullwindeln für Neugeborene:

Mit dieser Methode kann aus einer Mullwindel eine Dreieckswindel mit saugfähigem Steg gefaltet werden. Diese Windel eignet sich besonders gut für Neugeborene.

- 1 Längs falten.
- 2 Quer falten.
- 3 Die rechte Ecke nehmen und nach links ziehen. Dreieck liegt über Quadrat.
- 4 Alles drehen, so dass das Quadrat nun oben ist.
- 5 Das Quadrat ein-, zweimal einschlagen, so dass ein dicker Steg in der Mitte des Dreiecks entsteht.
- 6 Mitte des Dreiecks entsteht.
- 7 Geschafft!



## FAKTEN, BUCHTIPPS UND LITERATUR

---

### Fakten:

- Ein Kind braucht im Durchschnitt, bis es „rein“ wird (mit 2,5 Jahren), 5000-6000 Windeln (Meierhöfer, 2016)
- Wegwerfwindeln haben eine Verrottungsdauer von 200-400 Jahren (Kettner, 2016)
- Stoffwindeln kosten in der Anschaffung € 500 -600, Wegwerfwindeln ca. € 500 (Mändle & Optiz-Kreuter, 2015)
- Die österreichische Abfallwirtschaft fördert die Verwendung von Stoffwindeln. Der Betrag variiert von Gemeinde zu Gemeinde.
- Es gibt auch ökologisch, aus nachwachsenden Rohstoffen hergestellte Windeln (Naty, 0,26€/Stk.)
- Es gibt Wegwerfwindeln, die kompostiert werden können (Beaming Baby)

### Buchtipps

Hier noch zwei Buchempfehlungen, für eine Windelfreie Erziehung und falls sie noch mehr über das Wickeln lernen möchten.

- Es geht auch ohne Windeln! Der Sanfte Weg zur natürlichen Babypflege (Ingrid Bauer, 2004, Kösel Verlag)
- Artgerecht – Das andere Baby-Buch (Nicola Schmidt, 2015, Kösel Verlag)

### Literatur:

- Clark-Greuel J, Helmes T, Lawrence A, Odio M & White J (2014). Setting the Record Straight on Diaper Rash and Disposable Diaper. *SAGE. Clinical Pediatrics* 53, 23-26
- Disana GmbH (2016). Wickelanleitung. Zugriff am 06.02.2016 unter <http://www.disana.de/produkte/wickeln/wickelanleitung/>
- Hoehl M & Kullick P (2012). Gesundheits- und Kinderkrankenpflege, 4. Auflage. Thieme Verlag Stuttgart, 351-363
- Mändle C & Optiz-Kreuter S (2015). Das Hebammenbuch. Lehrbuch der praktischen Geburtshilfe, 6.Auflage. Schattauer Verlag Stuttgart, 858
- Meihöfer S (2016). Vor- und Nachteile von Stoffwindeln. Zugriff am 06.06.2016 unter: <http://www.naturwindeln.de>
- Kettner E (2016). Über Windlkind. Zugriff am 06.06.2016 unter: <http://www.windlkind.at/>

**Fachhochschule Kärnten**

Studiengang Hebammen

Campus Klagenfurt - St. Veiterstraße  
St. Veiterstraße 47  
9020 Klagenfurt

**[www.fh-kaernten.at/hebammen](http://www.fh-kaernten.at/hebammen)**