

## Evidenzgestützte Pflegeempfehlungen bieten Orientierung bei der Hautpflege von Neugeborenen und Säuglingen

### Baden und spezielle Pflegeprodukte unterstützen die Babyhaut

Die richtige Babypflege ist ein kontrovers diskutiertes Thema – auch in wissenschaftlichen Fachkreisen. Individuelle Pflegeroutinen haben sich überwiegend durch Traditionen und Erfahrungen etabliert, deren Vielfältigkeit nicht selten zu Orientierungslosigkeit und Fehlverhalten führt. Eine falsche Hautpflege kann mittelfristig einer gesunden Hautentwicklung entgegenwirken und die Hautgesundheit gefährden. Eine Orientierung bieten evidenzgestützte Pflegeempfehlungen zum Baden und Waschen gesunder Säuglinge, die auf der Basis aktueller Forschungserkenntnisse entwickelt wurden.

Die optimale und altersgemäße Hautpflege bei Neugeborenen und Säuglingen ist ein wichtiges Thema für Eltern, Hebammen und ärztliche Ratgeber. Zu Recht, denn die Ergebnisse verschiedener Publikationen zeigen, dass die Hautschutzbarriere von Säuglingen nicht, wie oft angenommen, bereits nach vier Lebenswochen mit Erwachsenenhaut vergleichbar ist.<sup>1</sup> Sie belegen für den Zeitraum des ersten Lebensjahres und sogar darüber hinaus, dass sich die Beschaffenheit der Säuglingshaut signifikant von der Erwachsener unterscheidet.

#### Strukturelle und funktionelle Besonderheiten der Säuglingshaut

Bis über das erste Lebensjahr hinaus finden sich in Bezug auf Struktur, Funktion und Zusammensetzung deutliche Unterschiede zwischen kindlicher und erwachsener Haut (siehe Infokasten). Die Epidermis von Säuglingen ist um ca. ein Fünftel dünner, das Stratum corneum um ca. 30 %. Und die Hornschicht enthält zwar signifikant mehr Wasser, aber weniger natürliche Feuchtigkeitsbinder. Der transepidermale Wasserverlust ist erhöht, die Haut trocknet leichter aus.<sup>2</sup> Außerdem sind die Barrierefunktion und der Säureschutzmantel noch nicht vollständig entwickelt, das macht die Babyhaut empfindlicher gegenüber Allergenen und potenziellen Krankheitserregern. Und eine gestörte Hautbarriere begünstigt spätere Allergien oder Atopien.<sup>3</sup>

#### Baden ist besser als Waschen

In Deutschland wurden 2009 erstmals evidenzgestützte Pflegeempfehlungen zur Reinigung gesunder Säuglingshaut vorgelegt, die auf den Daten kontrollierter klinischer Studien der Klinik für Dermatologie, Allergologie und Venerologie der Charité-Universitätsmedizin Berlin und den Empfehlungen einer europäischen Expertengruppe basieren (siehe Infokasten). So beschäftigte sich eine klinische Studie mit unterschiedlichen Waschmethoden mit

klarem Wasser und deren Einfluss auf die Hautschutzbarriere bei Neugeborenen.<sup>4</sup> Dabei wurde untersucht, inwieweit sich das Baden zwei Mal pro Woche über einen Zeitraum von vier Wochen auf die natürliche Anpassung und Funktion der Hautschutzbarriere auswirkt. Das Studiendesign sah vor, dass eine Gruppe in klarem Wasser gebadet wurde (Gruppe 1), die andere Gruppe wurde mit einem Waschlappen und klarem Wasser gewaschen (Gruppe 2). An verschiedenen Körperstellen wurden Messungen, etwa des

#### Säuglingshaut: Unterschiede zur Erwachsenenhaut<sup>1,7</sup>

##### Struktur

- Das Stratum corneum ist ca. 30%, die Epidermis ca. 20% dünner
- Weniger weit entwickelte Hornschicht
- Kürzere und dünnere Kollagenfasern
- Eine höhere Elastizität
- Kleinere Keratino- und Korneozyten

##### Zusammensetzung

- Signifikant mehr Wasser in den obersten Hautschichten der Epidermis
- Deutlich geringerer Anteil natürlicher Feuchtigkeitsbinder (NMF, Natural Moisturizing Factor) im Stratum corneum
- Geringere Melaninbildung
- Weniger Lipidgehalt

##### Funktion

- Säuglingshaut nimmt Wasser schneller auf, verliert es aber auch leichter. Gefahr der Austrocknung
- Nicht voll entwickelte Hautschutzbarriere
- Höhere Hautreaktivität
- Schnellere Zellproliferation

transepidermalen Wasserverlustes (TEWL) und des Feuchtigkeitsgehaltes im Stratum corneum, vorgenommen. Im Ergebnis zeigte Gruppe 1 einen deutlich geringeren TEWL im Windelbereich als Gruppe 2. An den übrigen Körperstellen blieb dieser Wert unverändert. Außerdem war die Hautfeuchtigkeit des Stratum corneums (SCH) in Gruppe 1 an Bauch und Stirn im Vergleich zur Gruppe 2 signifikant erhöht. Aufgrund der Studienergebnisse schlossen die Forscher der Charité auf einen positiven Langzeiteffekt des Badens und empfehlen das Baden gegenüber dem Waschen.

### Babypflegeprodukte unterstützen Hautschutzbarriere

Darauf aufbauend untersuchten Garcia Bartels et al. in einer weiteren klinischen Studie den Einfluss von Babypflegeprodukten auf die natürliche Anpassung der Hautschutzbarriere bei gesunden Neugeborenen und Säuglingen in verschiedenen Körperregionen.<sup>5</sup> Der Forschungsschwerpunkt lag auf den Auswirkungen von zwei Mal Baden pro Woche über einen Zeitraum von acht Wochen mit einem Babywaschgel\* und bzw. oder der anschließenden Hautpflege mit einer Babypflegecreme\*\*. Dem Studiendesign entsprechend wurden insgesamt vier unterschiedliche Bade- und Pflegepraktiken miteinander verglichen: Baden mit Waschgel (Gruppe 1), Baden mit klarem Wasser und Pflegecreme (Gruppe 2), Baden mit Waschgel und Pflegecreme (Gruppe 3) sowie Baden mit klarem Wasser und ohne Pflegecreme (Gruppe 4 (Kontrollgruppe)). Das Ergebnis: Bei Gruppe 1 wurde eine stärkere pH-Wert-Absenkung an allen Körperstellen im Vergleich zur Kontrollgruppe gemessen. Die Gruppen 2 und 3 zeigten einen sichtbar geringeren transepidermalen Wasserverlust (TEWL) und einen höheren Feuchtigkeitsgehalt des Stratum corneums (SCH) vor allem an der Stirn und am Bauch als die Kontrollgruppe. Zusammenfassend zeigen die Studienergebnisse, dass die zweimal wöchentliche Verwendung von Babywaschgel und bzw. oder Babypflegecreme die physiologische Funktion der Hautschutzbarriere verbessert, verglichen mit der ausschließlichen Verwendung von klarem Wasser. Die Verwendung einer Babypflegecreme schützt die Haut des Neugeborenen vor transepidermalem Wasserverlust bereits in den ersten Lebenstagen.

### Pflege auf empfindliche Haut abstimmen

Dass die Verwendung adäquater Produkte günstige Wirkungen auf die Babyhaut hat, konnte auch in einer kontrollierten, randomisierten Studie zur Untersuchung zweier Pflegeregimes an 44 Neugeborenen gezeigt werden.<sup>2</sup> Die eine Hälfte wurde bei jedem Windelwechsel mit klarem Wasser gereinigt, die andere mit feuchten Baby-Pflegetüchern. Während sich nach vier Wochen kein Unterschied bezüglich Feuchtigkeitsgehalt des Stratum corneums, pH-Wert und Interleukin-1-alpha – als Marker der Haut-Homöostase – fand, zeigten die mit Feuchttüchern gereinigten Säuglinge einen signifikant niedrigeren transepidermalen Wasserverlust (TEWL). Das zeigt, dass eine standardisierte Pflege die Hautfeuchtigkeit und damit die Barriere besser stabilisiert als Wasser alleine, ohne die dermale Reifung zu beeinträchtigen. Nicht zuletzt werden die entwickelten Pflegeempfehlungen auch durch einen Review wissenschaftlicher Studien bestätigt, den die Hautklinik der Charité gemeinsam mit Wissenschaftlern der Johnson & Johnson GmbH durchgeführt hat. Er kommt zu dem

### Deutsche Pflegeempfehlungen zur Reinigung gesunder Säuglingshaut

- Es wird empfohlen, Neugeborene und Säuglinge nach der Reinigung des Windelbereichs zwei- bis dreimal pro Woche zu baden. Damit kann begonnen werden, sobald der Nabelschnurrest abgefallen ist.
- Der Raum sollte über 22°C warm sein und das Wasser eine Temperatur zwischen 37°C und maximal 38°C haben.
- Die Badedauer sollte sich auf fünf bis zehn Minuten beschränken.
- Der Säugling sollte schnell, aber sanft (ohne Reibung) abgetupft werden, damit er nach dem Baden nicht auskühlt.
- Die Verwendung eines milden Babybadezusatzes, der speziell für die Bedürfnisse der Säuglingshaut entwickelt wurde, hat im Vergleich zum Baden mit klarem Wasser positive Auswirkungen auf die Säuglingshaut.
- Es wird empfohlen, Säuglinge nach dem Baden mit einer Babypflegecreme oder -lotion einzucremen.

Schluss, dass das tägliche Baden mit einem nachweislich für die Babypflege hergestellten und entsprechend mildem Produkt positive Effekte auf die Säuglingshaut hat.<sup>6</sup>

Den Besonderheiten der empfindlichen Säuglingshaut sollte mit der richtigen Reinigung und Pflege Rechnung getragen werden. Dies kann entscheidend dazu beitragen, die Integrität der Haut zu erhalten und Irritationen oder Erkrankungen vorzubeugen. Die evidenzgestützten Pflegeempfehlungen können hierbei eine wichtige Orientierung bieten.

\* Kopf-bis-Fuß Waschgel von Penaten®

\*\* Pflegecreme Gesicht & Körper von Penaten®

1 Nikolovski J et al. J Invest Dermatol 2008; 128: 1728-1736

2 Garcia Bartels N et al. Pediatr Dermatol 2012; 29(3): 270-276

3 Cork MJ et al. J Allergy Clin Immunol 2006; 118(1): 3-21

4 Garcia Bartels N et al. Skin Pharmacol Physiol 2009; 22: 248-257

5 Garcia Bartels N et al. Pediatr Dermatol 2010; 27(1): 1-8

6 U. Blume-Peytavi et al. Pediatr Dermatol 2012; 29: 1-14

7 Stamatias G. Pediatric Dermatology 2009; 27(2): 125-31

Quelle: Johnson & Johnson GmbH, Neuss

Druck: Schmidt-Römhild, 23547 Lübeck, für

**KINDER-UND  
JUGENDARZT**

Diese Publikation muss nicht die Meinung des Berufsverbandes der Kinder- und Jugendärzte als Herausgeber und der Redaktion des „Kinder- und Jugendarztes“ wiedergeben und erscheint außerhalb des Verantwortungsbereiches von Herausgeber und Redaktion.