# Zu viel Duft macht Babys Stress: Bio-Öle pflegen sanft und parfümfrei

geschrieben von Anette von Loewenstern | 9. November 2016

**Von Natur aus haben alle Menschen „den richtigen Riecher“, denn sofort nach der Geburt erkennen Babys ihre Mutter am Duft. Und schon im Mutterleib nimmt das Ungeborene fast alle Gerüche in der mütterlichen Umwelt wahr. Um das empfindliche Sinnesorgan ihrer Kleinen nicht unnötig zu strapazieren, achten immer mehr Eltern auf eine möglichst parfümfreie Umgebung. Das ist angesichts der Allgegenwärtigkeit von synthetischen Duftstoffen in unserem Alltag – von Haushaltsreinigern über Waschmittel bis hin zu Körperpflege- und Kosmetikprodukten – gar nicht einfach. Hochwertige Bio-Pflegeöle wie Mandel- oder Calendulaöl und naturreine ätherische Öle erfüllen nicht nur alle Anforderungen an eine sanft-natürliche Babypflege, sondern sind gleichzeitig eine natürliche Alternative für die ganze Familie. Damit leisten sie einen wichtigen Beitrag gegen die Duftüberfrachtung von Neugeborenen und kleinen Kindern.**

Bereits in den ersten Lebensminuten orientieren sich

Neugeborene ausschließlich am Duft der Mutter und machen dadurch frühe emotionale Erfahrungen. Ihr sensibles Näschen hilft ihnen, sich in der Familie geborgen zu fühlen. „Babys registrieren Düfte sehr sensibel, viel besser und schneller als größere Kinder. Wenn das kleinkindliche Sinneszentrum überfordert wird, kann dies sehr schnell zu Irritationen führen“, so Manuela Euringer, Krankenschwester in einer Kindernotfallpraxis, Seminarleiterin und ausgebildete Aromaexpertin. „In der direkten Umgebung von Säuglingen und Kleinkindern sollte man mit stark parfümierten Produkten unbedingt vorsichtig sein“, rät daher auch Maria von Känel, Produktmanagerin Aromatherapie bei PRIMAVERA LIFE.

Gerade wenn die Familie aus mehreren Bezugspersonen besteht, kann es beim Stillen, Kuscheln und Herumreichen schnell zu einer Duftüberfrachtung der Kleinen kommen. Ein Eindruck, den Manuela Euringer bestätigt: „Viele Schrei-Unruhen bei Säuglingen haben ihre Wurzeln in sinnlicher Reizüberflutung. Die Babys wehren sich damit auf ihre Weise und zeigen uns, dass sie zu vielen fremden oder zu intensiven Gerüchen ausgesetzt sind.“ Dabei sei zwischen natürlichen und synthetischen Duftstoffen unbedingt zu unterscheiden: „Ich bin der Meinung, weniger ist mehr und Duftstoff ist nicht gleich Duftstoff.“ Wichtig sei vor allem der bewusste Umgang mit allem, womit das Baby in Kontakt kommt.

**Natürliche Babypflege: so naturrein wie möglich**

Weil auch die Haut von Babys noch dünn ist und ihre Widerstandsfähigkeit erst aufbauen muss, sollte sie nicht überpflegt werden. Es gilt das Motto: So wenig wie nötig, so naturrein wie möglich. Bio-Pflegeöle von PRIMAVERA aus kontrolliert biologischem Anbau pflegen die gesamte Familie sanft, natürlich und garantiert parfümfrei. So ist etwa Mandelöl ein sehr verträgliches und vielseitig einsetzbares Basisöl für jeden Hauttyp, auch für empfindliche und Babyhaut. Es zieht besonders tief in die oberste Hautschicht ein, wirkt hautstärkend und aufbauend. Seine hohe Verträglichkeit bietet

gerade sensibler Haut milde Pflege und hilft, sie wieder ins Gleichgewicht zu bringen.

Die erfahrene Hebamme Roschanak Tabari ist freiberuflich in der Geburtsvor- und –nachsorge im Berliner Raum tätig und schätzt die wertvollen Pflegeöle: „Die Hautpflege fängt schon bei der Geburt des Kindes an und sollte behutsam mit natürlichen Präparaten erfolgen. Besonders beim Stillen ist es wichtig, dass das Baby seine Mutter am Duft erkennt. Mandel- und Calendulaöl sind nicht so geruchsintensiv und irritieren das Kind nicht. Babyhaut ist noch dünn und empfindsam, so kann man mit Mandelöl die Hautfalten reinigen und pflegen. Im Windelbereich eignet sich sehr gut Calendulaöl. Die Windel lässt sich problemlos von der Haut lösen, was bei mineralölhaltigen Produkten nicht immer der Fall ist.“

Die Deutsche Haut- und Allergiehilfe (DHA) empfiehlt Cremes und Pflegelotionen auf Basis hochwertiger Pflanzenöle, die – im Gegensatz zu Paraffinölen – in die Haut eindringen und die Barrierefunktion verbessern (vgl. Bettina Salis: Sicher gut gepflegt. In: Hebammenforum 2016; 17: 726-730).

Auch Maria von Känel kennt viele Anwendungsmöglichkeiten für das kalt aus Mandeln kontrolliert biologischen Anbaus hergestellte Öl. So kann ein mit Mandelöl getränkter Stoff z.B. auf einem feuchten Waschlappen oder Einwegtuch als natürliche Alternative zum Feuchttuch aus dem Plastikbehältnis dienen. Nach dem Baden und zur Beruhigung am Abend kann auch eine entspannende Babymassage hilfreich sein – eine besonders kindgerechte und beliebte Mischung aus Hautpflege und liebevoller Zuwendung. Dazu mischt man einen Tropfen Lavendel fein bio* in 100 ml Mandelöl* bio und streicht das Öl, am Oberkörper beginnend, vom Herzen weg nach außen. Die Füße werden am Schluss für kurze Zeit wärmend gehalten. Als Badezusatz pflegt und schützt 1 EL Mandelöl im Badewasser.

**Der Allrounder gegen wunde Babypopos und Milchschorf: Calendula**

Auch Calendulaöl aus kontrolliert biologischem Anbau ist bestens zur Pflege von Neugeborenen, Babys und Kleinkindern geeignet. Vor allem bei wundem Babypopo, aber auch bei gereizter Haut bei größeren Kindern oder zum Aufweichen von Milchschorf hat es sich bewährt. Calendulaöl beruhigt, stärkt die Widerstandskraft der Haut und schenkt ihr eine schützende Hülle.

Für eine Anwendung als Pflegeöl bei gereiztem Po und Windeldermatitis werden die betroffenen Hautstellen mit Wasser und Calendulaöl gereinigt und an der Luft getrocknet. Anschließend wird das Öl noch einmal aufgetragen. Bei Milchschorf wirkt Calendula auf der Kopfhaut oder an anderen betroffenen Stellen ein, am besten über Nacht unter einem Baumwollkäppchen. Am nächsten Tag kann der Schorf sanft abgerieben werden. Auch gereizte Brustwarzen erholen sich schneller, wenn sie nach dem Stillen sanft mit Calendulaöl eingerieben werden. Hebamme Roschanak Tabari ergänzt: „Als tägliche Brustwarzenpflege ist Calendulaöl besonders gut geeignet. Sie hält geschmeidig und beugt schmerzhaften Rissen vor.“

Eine selbstgemachte Calendulacreme für Mutter und Kind stellt Maria von Känel aus 20 g Sheabutter her, die sie im Wasserbad langsam erwärmt (nicht erhitzt), bis sie schmilzt. Dann werden 10 g Calendulaöl hinzugegeben und gut eingerührt. Beim Abkühlen wird die Mischung zu einer weichen Creme, die sich gut zur Pflege von Baby-Po, Brustwarzen und entzündeten Hautstellen bei Mutter und Kind eignet. Die selbstgemachte Calendulacreme hält sich kühl und dunkel aufbewahrt rund acht Monate.

Auch der Fachverband Deutscher Hebammen befürwortet in seinem Verbandsorgan „Hebammenforum“ die  Verwendung von natürlichen Pflegeölen, da diese Wirkstoffe enthalten, die positiv auf die Haut wirken können, so etwa entzündungshemmende Linolsäure und Vitamin E (vgl. auch dazu Bettina Salis: Sicher gut gepflegt. In: Hebammenforum 2016; 17: 726-730).

Links:
Informationen zur Fachausbildung zur Aromaexpertin in der PRIMAVERA Akademie erhalten Sie hier:
http://akademie.primaveralife.com/aromatherapie/seminare/aerztlich-gepruefte-primavera-aromaexpertIn

Weitere Informationen zu den Bio-Pflegeölen von PRIMAVERA LIFE finden Sie unter http://www.primaveralife.com/aromatherapie/gesundheit/bio-pflegeoele/

Lesetipp zum Thema Säuglingspflege:
Claudia Dachs, Ulla Busmann, Hans F. Merk: Evidenzbasierte Pflege der Säuglingshaut. Thieme 2016.

Presse PRIMAVERA LIFE GMBH • Marion Keller-Hanischdörfer • Tel: 08366-8966-931 • marion.keller@primaveralife.com