Leben & erziehen
Februar 2/2016
Deutschland 2,90 €
Österreich 3,20 € · Schweiz 5,00 sfr · BeNeLux 3,30 €
Italien 3,30 € · Spanien 3,30 €

# Leben & erziehen

Das Elternmagazin

AUS PAPIER

## Faschings-kostüme für Kinder

→ SEITE 64

## Schlaf doch endlich!

**Was Kindern beim Einschlafen wirklich hilft**

→ SEITE 12

## Baby-Massage

Die besten Griffe zum Verwöhnen

→ SEITE 40

KINDERGARTEN

**Unsere Erzieherinnen machen einen tollen Job**

→ SEITE 17

## Lasst uns übers Geld reden!

Warum Mütter fürs Alter vorsorgen müssen

→ SEITE 60

→ SEITE 56

## BABY FÄHRT MIT

**So sicher sind die neuen Autokindersitze**

# Ernährung im 1. Jahr

- Abstillen: So geht's sanft
- Essen lernen: Jetzt gibt's was auf den Löffel

→ SEITE 26

## Papa sagt Ja, Mama sagt Nein

Eltern müssen sich bei der Erziehung nicht immer einig sein

→ SEITE 18

02
4 198437 502900

# Gesund LEBEN

## Schuppen auf Babys Kopf

... kommen häufig vor. Handelt es sich dabei um Kopfgneis oder Milchschorf? Das sind die Unterschiede

„Kopfgneis tritt bei einigen Babys auf, da die Drüsen am Kopf kurz nach der Geburt viel Talg produzieren können", erklärt Privatdozentin Dr. Natalie Garcia Bartels, Kinderdermatologin an der Berliner Charité. Aus überschüssigem Talg bilden sich gelblich-fettige Schuppen. Häufig werden sie mit Milchschorf verwechselt, allerdings handelt es sich meist um Kopfgneis. Diese Merkmale helfen bei der Unterscheidung:

| | KOPFGNEIS | MILCHSCHORF |
|---|---|---|
| **So sieht es aus** | Wie kleine, pappige Cornflakes. Die Schuppen können sich beim Kämmen oder Waschen wie von selbst lösen oder an Haut und Haaren kleben. | Die Haut ist stärker gereizt und gerötet. Milchschorf kann jucken, nässen, die Kopfhaut kann sogar Bläschen entwickeln, die sich auch über die Wangen ziehen. |
| **Wann fängt es an?** | In den ersten Lebenswochen. Häufig heilt der Kopfgneis im ersten Jahr wieder ab. Werden die Schuppen aber nicht entfernt, halten sie sich oft hartnäckig, manchmal bis zur ersten Klasse. | Oft um den dritten Lebensmonat herum. |
| **Wie behandle ich es?** | „Kopfgneis ist keine Krankheit", sagt Dr. Garcia Bartels. Dennoch sollte man die Talg-Plättchen sanft lösen. Aber nicht alle auf einmal, das würde Babys Kopfhaut strapazieren, stattdessen lieber:<br>• regelmäßig kämmen (im ersten Jahr mit einer weichen Bürste mit Haarborsten, später mit dem Kamm);<br>• die Kopfhaut beim Haarewaschen mit einem nassen Waschlappen vorsichtig massieren;<br>• reichhaltige Babycreme auf die Kopfhaut auftragen und ein Mützchen aufsetzen. Nach einer Stunde mit Babyshampoo abwaschen. | Milchschorf kann ein Hinweis sein, dass das Kind zu Allergien oder Neurodermitis neigt. Am besten die Kopfhaut im Auge behalten und auf Symptome wie Juckreiz achten. Oft ist eine anti-entzündliche Therapie durch den Arzt nötig. Ist die Haut zwar gereizt, aber nicht offen, helfen zum Ablösen der Schuppen:<br>• Milchschorf-Gel (aus der Apotheke), das die Kopfhaut beruhigt;<br>• ein paar Tropfen Mandel- oder Sonnenblumenöl. Eine Stunde vor dem Haarewaschen auf die Kopfhaut geben und leicht einmassieren. |
| **Wann zum Kinder- oder Hautarzt?** | Wenn die klebrigen Schüppchen hartnäckig sind und sich nicht lösen lassen. „Unter sehr fest sitzendem Talg könnten sich sonst Bakterien ansiedeln und Ekzeme verursachen", erklärt Dr. Garcia Bartels. | Der Milchschorf sieht rot entzündet aus oder nässt sogar? Das Kind kratzt sich dort und ist auffällig unruhig? Dann unbedingt einen Kinderdermatologen oder Kinderarzt um Rat fragen. Auch wenn die Wangen betroffen sind. |

### Mehr Schmutz, weniger Allergien?

Schwedische Forscher haben herausgefunden: Kinder aus Familien, die ihr Geschirr mit der Hand waschen, haben ein geringeres Allergie-Risiko – offenbar weil Teller und Co. zwar sauber sind, aber noch natürlich vorkommende Keime tragen.

Wer kann diesem treuen Blick widerstehen? Hund Scotch ist Wärmekissen und Kuschelfreund in einem. Mit Lavendel-Korn-Füllung, in der Mikrowelle erwärmbar. www.warmies.de; 19,99 Euro

### Kinderlähmung fast besiegt

Ein Piks, der Leben rettet! Bei der Polio-Impfung gegen Kinderlähmung hat das richtig gut funktioniert. Seit 1988 ist die Zahl der Neuinfektionen von 350 000 auf 51 Fälle weltweit gesunken, meldet UNICEF.

**60 %** aller Kinder tragen zu kleine Hausschuhe!

QUELLE: UNTERSUCHUNG KINDERFÜSSE-KINDERSCHUHE 2015

FRAGE AN DEN EXPERTEN

### Ist Schneeessen gefährlich?

Unser Sohn (2) spielt im Winter gerne draußen und nascht auch mal vom Schnee. Ist das gefährlich?

**Dr. Michael Mühlschlegel, Kinder- und Jugendarzt aus Lauffen, antwortet:**

Mal am Schneeball lecken oder Flocken mit der Zunge auffangen, das kann nicht schaden! Es spricht sogar für eine gesunde Neugier, wenn sich die Kleinen für die weißen Flocken interessieren. Krank werden Kinder davon nicht, Schneekristalle sind ja nur gefrorene Regentropfen. Ein paar Regeln gibt es allerdings zu beachten: Auf Gehwegen oder in Spielstraßen kann der Schnee verschmutzt sein, ohne dass man es sieht, etwa durch Streusalz. Dunkler Schnee enthält Dreck, vielleicht auch Streusplit oder Steinchen. Und auf gelben Schnee, das müssen schon die Kleinen lernen, haben Tiere gepieselt! Statt Kindern aber das Schneenaschen ganz zu verbieten, ist es schlauer, sich gemeinsam eine Stelle auszusuchen, wo man testen kann, wie die Flocken schmecken. Zum Beispiel im eigenen Garten oder auf dem Balkon.

FOTOS: HERSTELLER, SHUTTERSTOCK.COM (2)