



# MIT KÖPFCHEN – schonende Babyhaarpflege

Die kindliche Haarpracht braucht mehr als  
Mamas Bewunderung: die richtige Pflege.

Ob in der Anfangszeit oder als Kindergartenkind – Haarewaschen ist nicht immer ein Kinderspiel. Aber mit den richtigen Tricks und Kniffen bleiben Tränen und böse Überraschungen aus.

## DIE ERSTE HAARWÄSCHE

Babys ängstigt es am meisten, wenn etwas Unerwartetes passiert. Lassen Sie es beim Baden und Haarewaschen daher ruhig angehen. Um das Köpfchen zu waschen, legen Sie es behutsam ins Wasser, indem Sie mit einem Arm unter Babys Schultern durchgreifen und einen Oberarm umfassen. Das Kind kann sich so sicher im Wasser bewegen, und Sie haben eine Hand frei zum Waschen.

## FLAUM AUF DEM KOPF

Die meisten Babys haben eher einen Flaum auf dem Kopf als einen nennenswerten Haarschopf. Bei Säuglingen mit wenigen Haaren reicht es, beim Baden mit der hohlen Hand ein wenig Wasser vorsichtig über das Köpfchen zu geben und von vorn nach hinten zu streichen. Die zarte Berührung beruhigt das Kind außerdem.

## IRRLÄUFER AUSSPÜLEN

Erfreut sich das Kind mit zunehmendem Alter einer kleinen Mähne, können Sie ihm das Köpfchen einmal pro Woche beim Baden mit einem milden Babyshampoo reinigen. Oft muss der Schopf aber auch außer der Reihe gewaschen werden, wenn

zum Beispiel das Essen vom Teller ins Haar wandert. Nach dem Spielplatzbesuch kann auch schon mal der halbe Sandkasteninhalt vom Kinderhaupt rieseln. Da hilft nur eine Haarwäsche: Mit einem Tropfen Babyduschgel oder Babyshampoo das Haar sanft einschäumen. Vorsicht beim Abspülen, damit kein Schaum in die Augen gerät. Das gelingt, indem Sie Ihre Hand schützend an die Stirn legen und so das Gesicht schaumfrei halten. Sie können das Köpfchen auch mit einem feuchten Waschlappen vom Schaum befreien. Wenn das Kind später alt genug ist, kann es sich selbst den Waschlappen über die Augen legen und festhalten.

## REIBUNGSLOS BÜRSTEN

Nicht verkehrt ist es, nach der Wäsche Babys von klein auf die Haare zu bürsten. Die streichelartigen Bürstenstriche massieren die Kopfhaut und beruhigen das Kind. Eine Babybürste mit weichen Borsten, zum Beispiel aus Ziegenhaar, ist ideal. „Die leichte Kopfmassage regt die Durchblutung an und soll das Haarwachstum fördern“, sagt Hebamme Eva-Maria Chrzonsz aus Fulda. Im Bereich der Fontanellen, an denen sich die Schädeldecke von Babys noch nicht geschlossen hat, ist jedoch besondere Vorsicht geboten. Bei älteren Kindern mit längeren Haaren kann das Bürsten der Haare ziepen und ist deshalb nicht besonders beliebt. Suchen Sie dann gemeinsam mit Ihrem Nachwuchs eine Bürste aus, die ihm

gefällt. Sorgt das Haarebürsten für Kummertränen, lassen Sie Ihr Kleines mit der Bürste erst selbst vorkämmen, und Sie übernehmen dann das Nachbürsten. Auf diese Weise kann sich das Kind spielerisch mit der Haarpflege auseinandersetzen, und es verliert die Angst vor dem Ziepen.

## KEINE HEISSE LUFT

Trocknen Sie Ihrem Kind die Haare nie mit dem Föhn. „Der Luftstrom ist besonders für zarte Babyhaut zu heiß und die Gefahr zu groß, das Kind zu verbrennen. Außerdem ist ein Haartrockner viel zu laut für die empfindlichen Ohren“, erklärt die Hebamme. Sie empfiehlt, stattdessen das Köpfchen mit einem weichen Handtuch sanft trocken zu reiben und dem Kleinen danach ein Mützchen aufzusetzen. „Kindern am besten erst ab einem Alter von zwei bis drei Jahren die Haare vorsichtig föhnen“, rät die Expertin.

## DER ERSTE SCHNITT

Welch Aufregung für Eltern und Kind: der erste Haarschnitt. Wenn das Haar die Sicht behindert, muss es gestutzt werden. Erklären Sie Ihrem Kind, dass Haareschneiden nicht wehtut, und schneiden Sie sich zum Beweis selbst eine kleine Strähne ab. So verliert es die Angst vor der Schere. Wenn Sie Ihr Kleines zum Haareschneiden vor einen Spiegel setzen, kann es genau beobachten, was auf seinem Kopf passiert. Sollten Sie für diese schnittige Premiere



zum Friseur gehen, geben Sie dort vorher Bescheid, dass es sich um den ersten Schnitt handelt. Bitten Sie ohne zu zögern auch darum, dass ein Mitarbeiter mit Kindererfahrung schneiden soll. So strapazieren Sie im Ernstfall weder Ihre noch seine Nerven, und ihr Nachwuchs merkt schnell, dass er sicher aufgehoben ist. Ein guter Kinderfriseur erklärt dem Kind, was er tut, und geht auf es ein. 🐾

**WEBTIPP**

[www.dm.de/kinderhaar](http://www.dm.de/kinderhaar)



## Milchschorf

Milchschorf, auch Kopfgneis genannt, kann bei Babys etwa ab vier Wochen nach der Geburt auftreten. Die Kopfhaut bildet fettige gelblich bis braune Schuppen, die bis zu den Augenbrauen reichen können. Mediziner sehen in Milchschorf einen möglichen Vorboten von Neurodermitis. Einer Entwicklung von Allergien können Sie entgegenwirken, indem Sie Ihr Kind mindestens ein halbes Jahr lang voll stillen und auch im Beikostalter weiter die Brust geben. Für nicht gestillte Säuglinge bietet sich spezielle Milch mit dem Aufdruck HA (hypoallergen) an. Bei dieser Milch wird das Milcheiweiß aufgespalten und damit der Anteil an allergieauslösenden Bestandteilen stark gesenkt.

### Babyöl gegen Schorf

Eva-Maria Chrzonsz rät: „Das Köpfchen sanft mit Babyöl einreiben. Bei wenigen Schuppen reicht es, das vor dem Baden zu tun. Ist der Schorf hartnäckig, das Öl über Nacht einwirken lassen. Um Fettflecken zu vermeiden, trägt das Kind am besten ein Mützchen. Meist lösen sich so die weichen Schuppenplättchen ab und können beim Baden mit einem Babykamm vorsichtig entfernt werden.“