



Erfrierungen in Österreich?

Die „gesunden“ roten Wangen

Auch wenn die in der kalten Jahreszeit leuchtend roten Backen der Kinder üblicherweise als gesundes Zeichen verstanden werden – oftmals stecken oberflächliche Erfrierungen dahinter!



Die kindliche Haut ist anders aufgebaut, als die eines Erwachsenen

- die Gesamtdicke ist deutlich geringer;
- die Hornschicht, die den Hauptanteil der Schutzfunktion gegen mechanische Reize, Hitze und auch Kälte übernimmt, ist dünner;
- der Wassergehalt in der Haut ist größer, daher erscheint die kindliche Haut auch weicher und geschmeidiger;
- das Unterhaut-Fettgewebe, das die Auskühlung der Haut und damit des ganzen Körpers verzögert, ist deutlich dünner;

All diese Faktoren können dazu führen, dass bei Säuglingen aber auch bei Kindern bis zum Jugendlichen-Alter bei Minusgraden die obersten Hautschichten Erfrierungen ersten Grades erfahren können.

Wie kann ich die Haut meines Kindes vor der Kälte schützen?

Allgemeines:

- funktionelle, winddichte Kleidung verzögert das Auskühlen des gesamten Körpers;
- die Mütze tief über die Ohren ziehen bzw. einen Schal auch vor das Gesicht des Kindes schlagen;
- oder gleich eine Mütze mit integriertem Gesichtsschutz anziehen;

Hautpflege:

- ✓ die Wangen, die Nasenspitze, das Kinn und die Ohrfläppchen sind besonders schutzbedürftig;
- ✓ **der beste Kälteschutz ist eine reine Fettsalbe**: zB. **Neriderm Fettsalbe®** oder **Vaseline** direkt vor dem Hinausgehen im Gesicht des Kindes auftragen – damit wird die funktionelle Schutzschicht der Haut dicker und die empfindliche Kinderhaut abgedeckt – wenn sie mit Ihrem Kind dann wieder in die Wohnung zurückgehen, kann die Vaseline einfach mit einem Papiertaschentuch abgewischt werden.
- ✓ KEINE Mischcremen oder gar Feuchtigkeitscremen verwenden: dadurch bringen sie nur noch mehr Wasser in die Haut, und Wasser gefriert ...;
- ✓ Nach dem Aufenthalt in der Kälte – spätestens dann am Abend – ist die Pflege mit einer in die Kinderhaut einziehenden Pflegecreme (zum Beispiel **ULTRABAS**) jedoch sehr sinnvoll;

UV-Schutz:

- * bei Sonnenlicht oder bei Schnee (= vermehrte Licht und UV-Reflexionen) sollte unbedingt auch ein guter UV-Schutz aufgetragen werden;
- * Schutzfaktoren mit mindestens 30 wählen;
- * am besten die UV-Schutzcreme eine halbe Stunde vor dem Hinausgehen auftragen und dann direkt vor dem Aufenthalt in der Kälte noch eine Schicht Vaseline als Kälteschutzschicht darüber schmieren;
- * Sonnenbrille nicht vergessen