

Postanschrift: Robert-Koch-Straße 2-12, 16515 Oranienburg
Abteilung: Pressestelle

Telefon: 03301 66-2104
Telefax: 03301 66-1122
Unser Zeichen:
Datum: 20. Juli 2023



Pressemitteilung

Tipps für den ersten Sommer mit Baby

Hebamme Sandra Schneider aus den Oberhavel Kliniken: Schatten ist wichtiger als Sonnencreme

Oranienburg, 20. Juli 2023 – Wenn das Thermometer auf 30 Grad klettert und der Urlaub vor der Tür steht, gilt es mit einem Neugeborenen einige Regeln zu beachten. Sandra Schneider, leitende Hebamme in der Klinik Oranienburg der Oberhavel Kliniken, klärt auf, worauf man im ersten Sommer mit Baby besonders achten sollte.

„Der einfachste Rat lautet natürlich: Meiden Sie die Sonne“, sagt Sandra Schneider. Der Kinderwagen solle schattig abgestellt sein und nur mit einem leichten Sonnensegel oder einem dünnen Mulltuch zugehängt werden. Im besten Fall meide man die größte Hitze und bleibe über Mittag zu Hause.

„Viele Eltern fragen mich auch, ob sie für ihr Baby Sonnencreme verwenden dürfen“, erzählt Hebamme Sandra. „Wir raten grundsätzlich davon ab; wichtiger ist, sich im Schatten aufzuhalten!“ Lange Kleidung aus Wolle, Seide oder Leinen wirke kühlend und temperaturregulierend und verfüge dazu noch über einen natürlichen Lichtschutzfaktor (LSF). Dazu gehöre ein Sommerhut mit Nackenschutz.

Ab einem halben bis dreiviertel Jahr, wenn die Kinder mobil werden, könne man für Gesicht, Hände oder Füße mineralische Sonnencremes mit LSF 50+ verwenden. Auf Produkte ganz ohne Duft- oder Farbstoffe, Parabene oder Alkohol solle grundsätzlich geachtet werden.

„Unsicherheit besteht oftmals auch beim Thema Trinken“, weiß Sandra Schneider. „Wenn der Säugling ausschließlich gestillt wird, sollte die Mutter nicht mit Wasser oder Tee zufüttern.“ Muttermilch bestehe zu 88 Prozent aus Wasser und genüge dem Säugling völlig. Mütter sollten lieber selbst viel trinken und den Säugling häufiger anlegen, rät die Hebamme. „Probieren Sie beim Stillen Positionen mit wenig Hautkontakt aus, seien Sie kreativ! Wenn es draußen sehr heiß ist, legen Sie zwischen sich und das Kind zum Beispiel eine Mullwindel; dann heizen Sie sich nicht gegenseitig auf.“

Weitere Ratschläge rund um die Geburt und die erste Zeit danach gibt es im monatlich stattfindenden Geburts-Warmup. An zwei Terminen mit je 90 Minuten beantwortet das Hebammenteam der Klinik Oranienburg alle Fragen und stimmt Eltern bestmöglich auf die Geburt ein. Wie sie sich anmelden können und wann die nächsten Termine stattfinden, erfahren werdende Eltern unter Telefon: 03301 66-1013 (in der Zeit von 15 bis 20 Uhr) oder unter www.oberhavel-kliniken.de

Kontakt für weitere Informationen:

Kerstin Neubauer
Leiterin Presse- und Öffentlichkeitsarbeit
Oberhavel Kliniken GmbH
Robert-Koch-Str. 2-12, 16515 Oranienburg
Telefon: 03301 66-2104
E-Mail: kerstin.neubauer@oberhavel-kliniken.de
www.oberhavel-kliniken.de



Sitz der Gesellschaft:
Marwitzer Straße 91 · 16761 Hennigsdorf
Sitz der Geschäftsführung:
Robert-Koch-Straße 2-12 · 16515 Oranienburg
E-Mail: klinik@oberhavel-kliniken.de
Internet: www.oberhavel-kliniken.de

Aufsichtsratsvorsitzender:
Alexander Tönnies
Geschäftsführer:
Dr. med. Detlef Toppens

IBAN: DE51 1605 0000 3703 7800 28
SWIFT-BIC: WELADED1PMB
Handelsregister Neuruppin HRB 2686
Steuer-Nr.: 053/126/00252