

## Calendula en de babyhuid

De kwaliteit van de babyhuid wordt bepaald door de rijpheid van het kind en is heel gevoelig. Doordat de buitenste huidlaag nog niet gesloten is, dunner is en minder vet produceert, is de beschermende functie nog niet optimaal. Ook is de huid gevoeliger voor irritaties. De opperhuid beschermt tegen invloeden van buitenaf, waaronder schadelijke stoffen, bacteriën, virussen en trauma. Het vervult dus een belangrijke barrièrefunctie en is vier à vijf keer zo dun als de volwassen huid. Na ca. vier weken heeft de hoornlaag al dezelfde eigenschappen als de volwassen huid.

Om de babyhuid extra te beschermen tegen irriterende stoffen, eczeem en infecties is het belangrijk om de huid goed in te smeren met een daarvoor bestemde

olie of lotion. Heel geschikt voor de gevoelige (baby)huid is calendula olie.

Wanneer jij zelf last hebt van een gevoelige huid, is de kans groot dat dit ook bij je kindje het geval is. Erfelijkheid speelt hierbij een grote rol.

Tips om de gevoelige huid van je baby te verzorgen.

1 Vermijd vaak wassen. Het is niet nodig om je baby dagelijks in bad te doen. 2 à 3 x per week is voldoende. De billetjes kun je regelmatig met een vochtig washandje met lauw water afvegen en ze daarna goed droog deppen.

2. Was je kindje bij voorkeur met een natuurlijke olie, in plaats van zeep. Ook een scheutje olie in het badwater voorkomt dat de huid uitdroogt.

3. Gebruik milde, natuurlijke verzorgingsproducten die de huid niet prikkelen en geen parfum of synthetische conserveringsmiddelen bevatten.

4. Zorg ervoor dat de kleertjes niet voor extra irritatie zorgen en kies bij voorkeur voor zachte katoenen stofjes. Gebruik een wasproduct dat geschikt is voor de zeer gevoelige huid.

5. Zorg voor voldoende luchtvochtigheid in huis. Een te droge lucht kan ervoor zorgen dat de huid uitdroogt en daardoor extra gevoelig wordt.



**Calendula**, ofwel goudbloem is één van de veelzijdigste kruiden. De plant is populair als vrolijke tuinbloem, om zijn cosmetische en culinaire toepassingen, als verfplant en vanwege zijn vele geneeskrachtige eigenschappen. De goudbloem bloeit in de zomer en najaar en geeft als “zonneplant” lichtheid en levenskracht.

Omdat calendula in zalf en olie een huidherstellende, desinfecterende werking heeft, wordt het in verschillende baby huidverzorgingsproducten gebruikt. Bij

luieruitslag werkt het helend en verzachtend, evenals bij tepelkloven en als badolie. Bijkomstig voordeel is dat calendula ook een schimmelwerende (spruw) en samentrekkende werking heeft.

Nog een extra toevoeging bij babymassage met deze olie is de verwarmende, ontkrampende en rustgevende werking.

Gebruik niet teveel olie, zodat het goed door de huid kan worden opgenomen. Zorg altijd voor warme handen en volledige aandacht tijdens de verzorging.



Deze folder werd gemaakt als eindwerkstuk voor de opleiding Natuurlijke Kraamzorg door Inez van Binnendijk. 2016

## Calendula en de babyhuid

