

## IN BAD



Je kunt de baby op ieder moment van de dag in bad doen. Doe de baby bij voorkeur niet in bad als hij/zij net gevoed is. De kraamverzorgende laat je de eerste keren zien hoe je de baby baadt. Dit lijkt een handeling waarbij van alles mis kan gaan, maar je zult zien dat je het vrij snel onder de knie krijgt. Bovendien ziet de kraamverzorgende er de volgende keren op toe dat het goed gaat. Zet alles van te voren klaar: het badje op een standaard (op een tafel kan ook), washandje (het liefst een van luierstof), handdoek (in het begin twee katoenen luiers; die zijn zachter voor het tere babyhuidje), aankleedkussen, schone luier, luierdoekje, kleertjes en eventueel een badthermometer. Wil je olie aan het water toevoegen, gebruik dan alleen medicinale babybadolie. Die is oplosbaar in water (nooit gewone badolie of babyolie gebruiken). Zorg dat het niet tocht in de kamer en dat het er lekker warm is. Als je de baby wilt temperen, kunt je dit het beste doen voordat hij/zij in bad gaat. Laat de luier in dat geval nog even onder hem/haar liggen; veel baby's poepen als reactie op de thermometer.

Vul het badje voor de helft met water van ongeveer 38 graden (controleer dit met uw elleboog of, als je daar niet op vertrouwt, met een badthermometer). Voeg eventueel een paar druppeltjes medicinale babybadolie aan het water toe. Kleed de baby uit en veeg zonnodig de billetjes schoon. Schuif uw hand onder het nekje van de baby en pak de schouderdjes zo vast dat het hoofdje op de binnenkant van je pols en onderarm rust. Schuif je andere hand onder de billetjes en klem je duim losjes om het dijbeentje. Op die manier kan de baby niet uit je handen glijden.

Til de baby op, laat hem/haar voorzichtig in het water zakken en beweeg hem/haar zachtjes heen en weer. Je kunt nu de hand bij het dijbeentje loslaten en de baby met die hand wassen. Was zijn/haar gezichtje met de washand. Zorg dat het lijfje onder water blijft in verband met afkoelen.

Pak de baby weer onder de billetjes en bij zijn dijbeentje en til hem/haar uit het badje. Wickel de baby meteen in een handdoek en dep eerst het hoofdje droog. Daar verliest de baby de meeste warmte. Droog daarna het ruggetje. Pak een tweede luier om de rest af te drogen en besteed extra aandacht aan de oksels, de liezen en huidplooiën zoals de binnenkant van de ellebogen en de knieën en het halsje onder de kin. Vochtige plekken kunnen huidirritatie veroorzaken.

### Babyzeep en babyolie

Zeep kan huidirritaties veroorzaken bij baby's. De huid is nog heel kwetsbaar. Wil je de baby toch met zeep wassen, gebruik dan in ieder geval speciale babyzeep. Laat de zeep achterwege als de huid er droog of vlekkelig uit ziet. Voor baby's met een droge huid kun je het beste babybadolie gebruiken. Soms krijgt een baby wat water binnen. Gewone badolie kan problemen veroorzaken in de longtjes van een pasgeborene.

#### Tip:

Zeker in de winter vindt de baby het heerlijk voorverwarmde kleertjes aan te krijgen. Vouw de schone kleertjes van te voren even om een hete kruik. Controleer wel even of ze niet te heet zijn. Vooral drukknopjes kunnen snel veel te heet worden.

