

Aufwachsen ganz ohne Windeln

Von Jeanette Kuster, 24. Oktober 2016



Eltern müssen windelfreie Kinder gut unterstützen: Ein Baby auf dem WC. Foto: Getty Images

Ein Neugeborenes, das ohne Windeln auskommt? Das erst dann pinkelt, wenn man es über die Toilette oder einen Eimer hält? Klingt absurd, wäre aber laut der Autorin ([«Ihr Baby kann's!»](#)) und Baby- und Craniosacral Therapeutin und Pädagogin [Rita Messmer](#) eigentlich die Normalität. Und tatsächlich ziehen nicht nur Naturvölker ihre Kinder windelfrei gross. Auch in China ist das seit jeher Usus und in den USA und Deutschland entscheiden sich seit ein paar Jahren immer mehr Eltern erfolgreich dazu, aufs Wickeln zu verzichten.

Signale des windelfreien Babys lesen

Doch wie funktioniert das überhaupt? «Muss das Baby ausscheiden, sendet es Signale wie Unruhigwerden, leichtes Weinen oder Absetzen beim Stillen und sucht Augenkontakt», sagt Messmer, «die Eltern sollten auf diese Zeichen entsprechend reagieren und das Baby abhalten, es also so über die Toilette oder einen Plastikeimer halten, dass es seine Notdurft verrichten kann.» Die Eltern können aber auch selber die Initiative ergreifen und das Baby über der Toilette oder dem Waschbecken zum Ausscheiden animieren. «Schon bald sollte man jedoch dem Baby die Initiative überlassen: Man fragt regelmässig nach, ob es muss und versucht, seine Körpersprache zu lesen.»

Ein Rat, der frischgebackene Eltern schnell überfordern kann. Als Mama oder Papa steht man zu Beginn sowieso häufig ziemlich ahnungslos vor dem kleinen Bündel: Hat es Hunger? Bauchweh? Ist es einfach nur müde? Es braucht Zeit, sein Baby kennen- und die Signale deuten zu lernen. Setzt es einen da nicht zusätzlich unter Druck, auch noch jedes Bisi-Signal rechtzeitig erkennen zu müssen? «Es gibt in unserer Kultur keine entsprechenden Vorbilder, das macht es sicher nicht ganz einfach», gibt Messmer zu. Aber man lerne das mit dem Baby zusammen. «Ich empfehle den Eltern, sich keinen Stress zu machen und es einfach mal zu probieren.»

Hinters Gebüsch pinkeln lassen

Womöglich klappt es nach einer Weile ganz gut zu Hause. Doch was tun, wenn das Baby unterwegs plötzlich muss? Die Kleinen pinkeln schliesslich noch ziemlich oft. «Man sollte sich ruhig die Freiheit nehmen, ein Kind in der Öffentlichkeit pinkeln zu lassen – auf einer Grünfläche oder im Gebüsch. Das darf für die Gesellschaft kein Problem sein», findet Messmer. Zudem könnten windelfreie Kinder oft erstaunlich lange warten, sagt sie, und erzählt von einer Mutter, die mit dem Auto unterwegs war, als der Kleine entsprechende Signale von sich gab. «Die Mutter sagte ihm, dass sie jetzt nicht anhalten könne. Er hätte aber Windeln an und könne es einfach laufen lassen. Als die Mutter zu Hause ankam, war ihr Sohn immer noch trocken.»

Also stört die gelegentliche Windel den Lernprozess nicht? Messmer verneint: «Oft ist das sogar nicht die schlechteste Lösung, denn diese Eltern sind entspannter und setzen sich nicht unnötig unter Druck: Wann immer sie die Signale erkennen oder das Gefühl haben, es wäre jetzt an der Zeit, halten sie das Kind ab. Dennoch ziehen sie ihm für den Fall der Fälle eine Windel an.» Empfehlenswert sind Stoffwindeln, spezielle [Windelfrei-Unterhosen](#) oder [Hosen mit Einlagen](#). Hauptsache, das Kind spürt bei einer Panne, dass die Hose nass wird. Bei normalen Windeln passiert nämlich genau das nicht, da diese enorm saugfähig sind. Laut Kritikern ist das mit ein Grund, dass Kinder das Gespür für ihre Ausscheidungen verlieren und dadurch immer später trocken werden. «In den Verkaufsregalen stehen heute schon Windelhöschen für Acht- bis Zwölfjährige. Das zeigt deutlich, dass es einen Markt dafür gibt.»

Würden Kinder ab Geburt windelfrei leben, wäre das nicht nur besser für die Umwelt (*lesen Sie dazu auch das Posting zum Thema [«Windelberge»](#)*), sondern würde Eltern und Kindern auch viel Frust ersparen, ist Messmer überzeugt. Zudem sei es einfach absurd, dass gerade der hoch entwickelte Mensch jahrelang in seinem eigenen Dreck sitze. «Nicht einmal Vögel tun das, die Altvögel nehmen den Kot nämlich direkt vom Hintern des Kleinen und fliegen ihn aus dem Nest weg. Das sollte uns doch zu denken geben!»

Ist die seit den Siebzigern erhältliche Plastikwindel also mehr Fluch als Segen?