

## Erfahrungsbericht

### Stoffwindeln vs. Einwegwindel

Die Abfallberatung gibt viele Tipps, wie man Abfall vermeiden und somit Ressourcen schonen kann. Nun möchten wir nicht einfach nur Tipps geben, sondern haben auch einen Erfahrungsbericht, der zeigt, wie praktikabel die Vorschläge eigentlich sind. Konkret geht es hierbei um das Thema Windeln, die eine riesige Menge an Abfall produzieren können – oder halt auch nicht.

Als frischgewordene Mutter, habe ich ziemlich schnell festgestellt, wie viel Abfall ein Baby in Form von Windeln produziert. Aber muss das sein? Es gibt das System „windelfrei“ – spannende Sache, aber da muss man sich intensiv mit der Umsetzung auseinandersetzen. Für mich als Zwillingmutter auf jeden Fall nicht anwendbar. Zum Glück gibt es noch eine andere Möglichkeit, die zu Zeiten meiner Großeltern ganz selbstverständlich war: Stoffwindeln.

*Als ich letztens meine Oma besuchte, sagte sie zu mir: „Früher mussten wir die Windeln alle waschen, da hat man nicht so viel Müll produziert“. Mit meiner Antwort hat sie jedoch nicht gerechnet, als ich ihr sagte, dass ich auch mit Stoff wickle.*

Also mal von vorne: Zuerst haben mein Mann und ich eine Stoffwindelberatung gemacht als ich noch schwanger war. Als die Kinder dann auf der Welt waren, haben wir uns für 12 Wochen ein Stoffwindelpaket gemietet mit sämtlichen Arten und Variationen von Windeln. Darin waren klassische Mullwindeln, Höschenwindeln, Saugelagen und Überwindeln aus verschiedenen Materialien, Komplettsysteme („All-in-one“) und vieles mehr. Wir konnten also sämtliche Möglichkeiten ausprobieren. Nach den 12 Wochen haben wir uns für zwei Wickelsysteme entschieden, die wir uns dann (zum Teil gebraucht) gekauft haben. Seit dem wickeln wir mit Stoff.

#### Aber die spannende Frage: Wie gut funktioniert das wirklich?

Die allererste Regel lautet: **Man darf sich auf keinen Fall stressen.** Mit einem Neugeborenen hat man genug Arbeit und erstmal andere Sorgen als Abfall zu vermeiden. So ging es uns auch. Aber dann haben wir es doch geschafft, nach und nach verschiedene Stoffwindeln auszuprobieren. Anfangs haben wir eine Stoffwindel am Tag angelegt (**Würde man jeden Tag eine Stoffwindel nutzen, spart das immerhin auch schon 365 Wegwerfwindeln pro Jahr ein**). Die allerersten Versuche waren wenig erfolgreich und wir mussten das Kind neu einkleiden, da die Windel ausgelaufen ist. Aber nach und nach hatten wir den Dreh raus. Nach wenigen Monaten haben wir dann zuhause vollständig mit Stoff gewickelt. Sogar nachts hat das anfangs gut funktioniert. Mittlerweile sind wir nachts allerdings wieder auf Wegwerfwindeln



## Erfahrungsbericht

umgestiegen, da die Kinder entweder durchschlafen und unsere Stoffwindeln nach 12 Stunden überlaufen oder wir nachts einfach zu müde zum „Stoffwickeln“ sind. Sicherlich würde es für dieses Problem auch eine Lösung geben, aber da muss ich einfach sagen, dass die Wegwerfwindeln doch sehr praktisch sind. Auch wenn wir länger unterwegs sind, nehmen wir Wegwerfwindeln, einfach, weil diese viel weniger Platz in der Tasche einnehmen (mit Zwillingen hat man eh schon genug Zeug dabei). Hier muss man aber auch sagen: **es ist keine Schande, auch mal Einwegwindeln zu benutzen**. Wenn die Kinder (und im schlimmsten Fall auch wir) krank sind, wickeln wir auch oft mit Einweg. Denn eines muss man ehrlich sagen: Stoffwindeln sind deutlich mehr Aufwand: Die Kinder müssen öfter gewickelt werden, da Stoffwindeln keinen Superabsorber enthalten und die Windeln müssen natürlich auch gewaschen werden. Wir waschen mit unserem Wickelsystem („All-in-two“) jeden zweiten Tag. Und da wir keinen Trockner haben, werden die Windeln anschließend zum Trocknen aufgehängt – auch das nimmt Zeit in Anspruch. **Die Vorteile von Stoffwindeln sind jedoch sehr überzeugend**: Das Baby wird nicht in Plastik eingewickelt, es entstehen keine Müllberge von Windeln, man muss nicht ständig neue Windeln kaufen und kann somit Geld sparen. Zudem werden Kinder mit Stoffwindeln im Schnitt schneller trocken, da diese nass liegen, wenn sie Pipi gemacht haben. Da Stoffwindeln in der Regel luftdurchlässig sind, werden die Kinder trotzdem nicht so schnell wund. Optisch machen Stoffwindeln natürlich auch was her, da es diese in vielen bunten Mustern gibt.

Neben Stoffwindeln nutzen wir statt Feuchttücher (die oft Mikroplastik enthalten) auch feine Waschlappen und eine Sprühflasche mit Wasser, um den Po sauber zu machen. Das spart ebenfalls Müll und Geld ein. Statt 5 Feuchttücher reicht meistens ein Waschlappen. Unterwegs nutzen wir Feuchttücher, weil es einfach praktischer ist. Hierbei achten wir darauf, dass wir Tücher ohne Plastik kaufen.

### Also mein Resümee:

**Stoffwindeln sind eine super Sache**, die man ausprobieren sollte. Allerdings braucht man ein wenig Geduld, bis das auch zuverlässig funktioniert. Aber es macht Spaß, die verschiedenen Systeme auszuprobieren. Und wenn ich mir überlege, dass ich, bzw. mein Mann, unseren Zwillingen je ca. 6-7 Stoffwindeln am Tag anziehe, was für beide zusammen 11-12 Einwegwindeln pro Tag ersetzt, spart das über 4.000 Wegwerfwindeln in einem Jahr ein. Das ist, wie ich finde, eine ganz schöne Menge. Oft kommt das Argument, dass das Waschen viel Energie und Wasser verbraucht und man dann doch



## Erfahrungsbericht

besser Einweg nehmen kann. Aber mal ehrlich: Nutzt ihr auch Einweg-Geschirr zuhause, damit ihr keine Spülmaschine benötigt?

Wenn ihr euch jetzt auch für Stoffwindeln interessiert und Fragen habt, meldet euch gerne bei der Abfallberatung: 02825 903420 oder [abfallberatung@kkagmbh.de](mailto:abfallberatung@kkagmbh.de)

*Geschrieben von Yvonne Kannenberg, Mutter von 11-monatigen Zwillingen*

**Übrigens: Einwegwindeln gehören in die Restmülltonne!**

