



Babys nicht schütteln!

Schütteln ist lebensgefährlich

TK
Die
Techniker



Landesärztekammer
Rheinland-Pfalz



Rheinland-Pfalz

Liebe Eltern,



Alexander Schweitzer
Ministerpräsident von Rheinland-Pfalz

Eltern zu sein ist etwas Wunderbares, aber manchmal auch sehr anstrengend. Viele von uns kennen die Momente, in denen das Baby unaufhörlich schreit und man sich hilflos fühlt. Besonders dann, wenn Menschen übermüdet und verzweifelt sind, neigen sie zu unkontrolliertem Verhalten. Bitte bewahren Sie Ruhe und denken Sie immer daran: Hilfe ist nah. In dieser Broschüre finden Sie hilfreiche Tipps sowie Ansprechpartner, die Ihnen vertrauensvoll weiterhelfen können, wenn Sie Unterstützung oder einen Rat suchen.

A handwritten signature in blue ink, which appears to read 'Alexander Schweitzer'.

Alexander Schweitzer
Ministerpräsident von Rheinland-Pfalz

Mein Baby schreit unaufhörlich

Wenn Ihr Baby schreit, hat es immer einen Grund dafür, auch wenn Sie diesen nicht gleich erkennen.

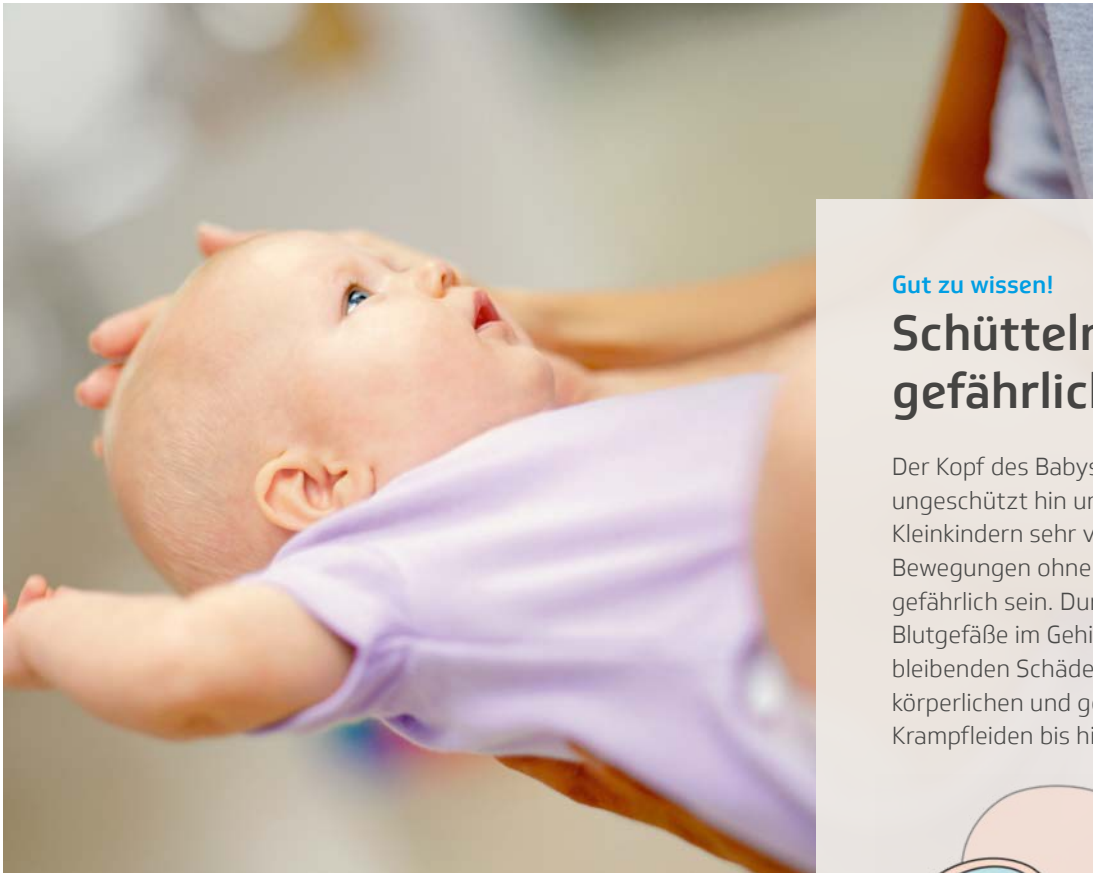
Gesunde Babys schreien, wenn sie

- hungrig oder müde sind,
- die Windel voll haben,
- Ihre Stimme hören möchten oder
- Körperkontakt brauchen.

Gesunde Säuglinge schreien durchschnittlich zwei bis drei Stunden am Tag – manchmal aber auch viel länger. In Ausnahmefällen auch mit nur kurzen Unterbrechungen den ganzen Tag. Dies kann normal und ohne Krankheitsursache sein.

Achten Sie auf Veränderungen des Schreiens Nehmen Sie Kontakt zu Ihrem Kinderarzt oder Ihrer Kinderärztin oder zur Elternberatung auf, wenn Ihr Baby

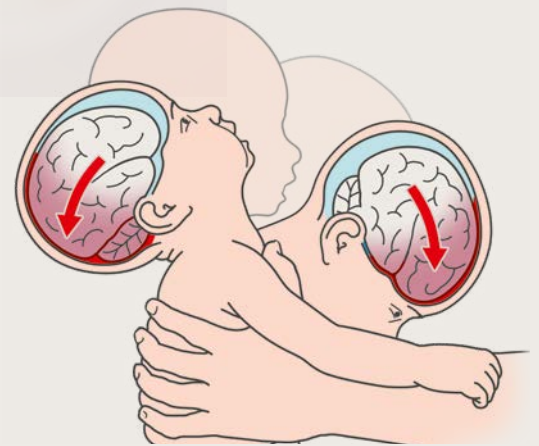
- länger und lauter als üblich schreit,
- einen kranken Eindruck macht oder
- so schreit, dass es Sie ängstigt.



Gut zu wissen!

Schütteln ist gefährlich

Der Kopf des Babys schlägt beim Schütteln ungeschützt hin und her. Das Gehirn ist bei Kleinkindern sehr verletzlich. Schon hastige Bewegungen ohne Halten des Kopfes können gefährlich sein. Durch das Schütteln können Blutgefäße im Gehirn einreißen. Das kann zu bleibenden Schäden des Gehirns führen, zu körperlichen und geistigen Behinderungen, Krampfleiden bis hin zum Tod.



Sie wissen nicht mehr weiter?

Sie haben alles Mögliche versucht und Ihr Baby schreit trotzdem weiter? Sie spüren, dass Sie langsam müde werden und die Geduld verlieren, weil Ihr Baby schreit und schreit und Sie entkräftet und entnervt sind? Dann kommt es jetzt ganz besonders darauf an, die Ruhe zu bewahren.

Was Sie noch tun können

- Schaukeln/wiegen Sie das Baby sanft auf dem Arm.
- Gehen Sie langsam mit ihm herum oder spazieren.
- Sprechen Sie zu dem Baby oder singen Sie leise.
- Streicheln oder massieren Sie sanft den Bauch.
- Lassen Sie sich von Familie/Freunden helfen.

Versuchen Sie, auf andere Gedanken zu kommen Versuchen Sie, etwas Distanz zu bekommen, zum Beispiel indem Sie kurz den Raum verlassen und/oder durch ein Telefongespräch mit einer Vertrauensperson. Rat und Hilfe erhalten Sie auch bei den umseitig aufgeführten Kontaktstellen.

Keine Angst beim Spielen

Wie viel und welches Schütteln schadet, ist individuell sehr unterschiedlich. Eines ist aber sicher: Leichtes Schaukeln beim Spielen oder ein ungeschickter Umgang mit dem Kind führen nicht zu den beschriebenen Verletzungen und Konsequenzen.

Information und Beratung Alle Kinder- und Jugendärzte/-ärztinnen sowie alle Kinder- und Jugendkliniken in Rheinland-Pfalz bieten Unterstützung an.

- Mainz: **Tel. 061 31 - 17-27 81**
- Koblenz: **Tel. 02 61 - 499-26 10**
- Kaiserslautern: **Tel. 06 31 - 203-14 95**
- Neuwied: **Tel. 026 31 - 82-0**
- Ludwigshafen: **Tel. 06 21 - 57 02-44 46**
- Speyer: **Tel. 062 32 - 22 13 60**
- Worms: **Tel. 062 41 - 501-0**
- Trier: **Tel. 06 51 - 947 26 56**
- Sozialpädiatrische Zentren
- Online-Hilfe für Eltern unter www.bke.de
- www.nummergegenkummer.de, **Tel. 0800 - 111 05 50**
- Nationales Zentrum Frühe Hilfen (NZFH): www.fruehehilfen.de

Wir beraten Sie gern

Herausgeber
**TK-Landesvertretung
Rheinland-Pfalz**

Christina Crook
Referentin für
Presse-Öffentlichkeitsarbeit
Tel. 061 31 - 91 74 34
christina.crook@tk.de

