



Elterninformation zur Vorsorgeuntersuchung

Liebe Eltern, lieber Patient!

Sie haben in der kommenden Zeit einen Termin für Ihr Kind zur Vorsorgeuntersuchung in unserer Praxis ausgemacht. Auf den folgenden Seiten haben wir für Sie wichtige Informationen rund um diese Vorsorge zusammengestellt. Sie beinhalten u.a. Fragebögen, mit denen wir Sie kennenlernen und die Entwicklung Ihres Kindes besser beurteilen möchten. Selbstverständlich sind die von Ihnen gemachten Angaben freiwillig und unterliegen streng der ärztlichen Schweigepflicht. Sie haben das Recht, diese Daten zu einem späteren Zeitpunkt nochmals einzusehen, um diese ändern oder auch löschen zu lassen - sofern keine anderen rechtlichen Regelungen dem entgegenstehen.

Zusätzlich finden Sie Hinweise zur Unfallverhütung sowie ggf. Angebote zu - aus unserer Sicht - sinnvollen ergänzenden Untersuchungen.

Bitte nutzen Sie die Zeit vor der Vorsorge - eventuell zusammen mit Ihrem Partner - dazu, diese Informationen zu lesen und die Fragebögen auszufüllen. Diese sollen als Gesprächsgrundlage bei Ihrem Termin in der Praxis dienen.

Auf den kommenden Seiten finden Sie im Einzelnen:

- Fragebogen zur Biographischen Anamnese
- Fragebogen zur Entwicklung Ihres Kindes
- Ergänzendes Angebot "Sono-Check" Nieren und ableitende Harnwege
als individuelle Gesundheitsleistung (IGeL)
- Hinweise zur Vermeidung des plötzlichen Kindstodes (SIDS)
- Hinweise zur Ernährung im ersten Lebensjahr
- Hinweise zur Fluorid-Prophylaxe und Zahngesundheit
- Hinweise zu Schutzimpfungen
- Hinweise zur Unfallverhütung
- Hinweise zur seelischen Gesundheit

Für Rückfragen stehen wir Ihnen stets gerne zur Verfügung.

Für das gesamte Praxisteam

Künzell, Januar 2020

Dr. med. Benedikt J. Pircher

Facharzt für Kinder- und Jugendmedizin
Kindergastroenterologe





Liebe Eltern,

mit dem folgenden Fragebogen möchten wir Sie und Ihr Kind näher kennenlernen. Die Antworten auf die Fragen sind freiwillig und unterliegen selbstverständlich streng der ärztlichen Schweigepflicht. Sie haben das Recht, diese Daten zu einem späteren Zeitpunkt nochmals einzusehen, um diese ändern oder auch löschen zu lassen - sofern keine anderen rechtlichen Regelungen dem entgegenstehen.

Danke für Ihre Mitarbeit.

Angaben zum Kind

Name, Vorname(n): _____

Geboren am: _____ In: _____

Staatsangehörigkeit: _____

Anschrift: Straße, Haus-Nr.: _____

Ort, Bundesland: _____

Das Kind lebt bei: Beiden Eltern oder bei _____

Gesetzlicher Vertreter: Beide Eltern Mutter Vater anderer: _____

Über wen ist das Kind versichert: _____ Krankenkasse: _____

Angaben zur Familie

Mutter Name, Vorname(n): _____

Geboren am: _____

Staatsangehörigkeit: _____

Anschrift (falls abweichend von oben): _____

Berufstätig ja nein Wenn ja, als _____

ganztags halbtags

Wichtige Erkrankungen: _____

Vater Name, Vorname(n): _____

Geboren am: _____

Staatsangehörigkeit: _____

Anschrift (falls abweichend von oben): _____

Berufstätig ja nein Wenn ja, als _____

ganztags halbtags

Wichtige Erkrankungen: _____

Sind die Eltern verheiratet zusammen lebend getrennt lebend geschieden verwitwet

Erziehen sie Ihr(e) Kind(er) zusammen alleine als Mutter alleine als Vater als _____

Angaben zu Geschwistern		
Name und Vorname:	Geboren am:	Besondere Probleme oder Krankheiten:
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____

Angaben zu Wohnverhältnissen	
Art des Hauses: _____	Stockwerk _____
Zahl der Zimmer: _____, inklusive <input type="checkbox"/> Bad <input type="checkbox"/> Küche	Zahl der Kinderzimmer _____
<input type="checkbox"/> Garten <input type="checkbox"/> Balkon	Lage: <input type="checkbox"/> dörflich / ländlich <input type="checkbox"/> kleinstädtisch <input type="checkbox"/> großstädtisch

Angaben zu Schwangerschaft und Geburt	
Schwangerschaft	Gabe es Auffälligkeiten in der Schwangerschaft? <input type="checkbox"/> nein <input type="checkbox"/> ja Wenn ja, welche: _____ _____
Geburt	Gestationsalter _____ SSW Geburtsart _____ Geburtsgewicht _____ g, Länge _____ cm, Kopfumfang _____ cm Hat Ihr Kind sofort geschrien? <input type="checkbox"/> nein <input type="checkbox"/> ja APGAR-Werte _____ / _____ / _____ NapH-Wert _____ Hörtest (<input type="checkbox"/> TOAE <input type="checkbox"/> AABR) auffällig? <input type="checkbox"/> nein <input type="checkbox"/> ja NG-Screening auffällig? <input type="checkbox"/> nein <input type="checkbox"/> ja Musste Ihr Kind nach Geburt besonders betreut werden? <input type="checkbox"/> nein <input type="checkbox"/> ja Musste Ihr Kind in eine Kinderklinik verlegt werden? <input type="checkbox"/> nein <input type="checkbox"/> ja Wenn ja, in welche? _____
Erste Lebenswochen	Mit welcher Nahrung wird / wurde Ihr Kind in den ersten 4 – 6 Lebensmonaten ernährt? <input type="checkbox"/> Muttermilch <input type="checkbox"/> Pre-Nahrung <input type="checkbox"/> „1er“-Nahrung <input type="checkbox"/> HA-Nahrung <input type="checkbox"/> sonstiges _____ Traten in den ersten Lebenswochen Komplikationen auf, wie z.B.: <input type="checkbox"/> Infektionen (Erreger: _____) <input type="checkbox"/> Krampfanfälle <input type="checkbox"/> Ernährungsstörungen <input type="checkbox"/> Schlafstörungen <input type="checkbox"/> vermehrtes Schreien <input type="checkbox"/> sonstige _____

Ausgefüllt von Mutter Vater _____

Datum und Unterschrift _____



Fragebogen zur Vorsorgeuntersuchung

U3

Name _____

Geburtsdatum _____

Liebe Eltern,

zur Vorbereitung auf die heutige Vorsorgeuntersuchung bitten wir Sie, den folgenden Fragebogen auszufüllen, damit wir die Entwicklung Ihres Kindes besser beurteilen können. Sollten sich darüber hinaus Veränderungen in der Betreuungssituation oder besondere Belastungen in Ihrer Familie ergeben, sprechen Sie uns diesbezüglich bitte während der Vorsorgeuntersuchung an. Gerne können wir Sie über entsprechende Hilfeangebote beraten. Diese Angaben sind selbstverständlich freiwillig und unterliegen der strengen ärztlichen Schweigepflicht. Sie haben das Recht der späteren Korrektur oder Löschung - sofern nicht andere rechtliche Regelungen dem entgegenstehen. Wir danken für Ihre Mitarbeit.

Sind seit der letzten Untersuchung bei Ihrem Kind schwerwiegende Erkrankungen, Operationen oder sonstige Auffälligkeiten aufgetreten? ja nein

Wenn ja, welche:

Zeigen sich bei Ihrem Kind Schwierigkeiten beim Trinken / Stillen oder Schluckstörungen? ja nein

Zeigt sich bei Ihrem Kind ein auffälliges Schreien? ja nein

Gibt es bei Ihnen oder in Ihrer Familie Risiken für eine angeborene Fehlstellung der Hüfte (Hüftdysplasie), bzw. mussten Sie oder ein Familienangehöriger als Säugling eine "Spreizhose" tragen? ja nein

Gibt es bei Ihnen oder in Ihrer Familie Augenerkrankungen? ja nein

Wenn ja, welche:

- Schielen (Strabismus).
- Sehschwäche / Schwachsichtigkeit (Amblyopie).
- Kindliche Trübungen der Augenlinse (Katarakt).
- erbliche Augenerkrankungen:
- sonstige:

Gibt es bei Ihnen oder in Ihrer Familie angeborene Hörstörungen oder Ohrfehlbildungen? ja nein

Wenn ja, welche:

Gibt es bei Ihnen oder in Ihrer Familie eine Abwehrschwäche (Immundefekte)? ja nein

Wenn ja, welche:



Zusätzliche Fragen zur Feststellung der Hörfähigkeit:

Zeigt Ihr Kind ein verändertes Verhalten (z.B.: Schreien, Lächeln, ruckartiges Schließen und Öffnen der Augen), wenn plötzlich laute Geräusche auftreten?	<input type="checkbox"/> ja	<input type="checkbox"/> nein
Reagiert Ihr Kind auf Zuspruch von Seiten der Eltern?	<input type="checkbox"/> ja	<input type="checkbox"/> nein
Lauscht Ihr Kind auf Fingerschnalzen und / oder Rascheln mit Seidenpapier im Abstand von ca. 20 cm zum Ohr?	<input type="checkbox"/> ja	<input type="checkbox"/> nein
Sucht Ihr Kind mit Augenbewegungen nach der Herkunft vertrauter Geräusche?	<input type="checkbox"/> ja	<input type="checkbox"/> nein
Beginnt Ihr Kind gelegentlich zu lallen/lautieren?	<input type="checkbox"/> ja	<input type="checkbox"/> nein

[aus: Feststellung der Hörfähigkeit - Berufsverband der Ärzte für Kinderheilkunde und Jugendmedizin Deutschland e.V.]

Elternfragebogen Zur Verhaltensregulation Ihres Kindes (nach Mechthild Papoušek)

	Nie	Gelegentlich	Oft	Dies macht mir Sorgen	Ich wünsche dafür fachkundliche Beratung
Mein Baby ...					
... schreit und quengelt ohne erkennbaren Grund.					
... lässt sich auf dem Arm nicht beruhigen, macht sich steif, schmiegt sich nicht an.					
... ist übermüdet, überreizt, findet aber nicht in den Schlaf.					
... lässt sich keinen Moment ablegen.					
... verweigert die Brust / die Flasche.					
... ist extrem irritierbar.					
... ist extrem ablenkbar (z.B. beim Füttern).					
Familiäre Situation					
Mir bleibt kein Moment zum Duschen und Essen.					
In meiner Familie gibt es niemand, der mich wenigstens stundenweise entlastet.					
Ich fühle mich sozial isoliert und mit meinen Sorgen allein gelassen.					
Die Nerven liegen blank.					
Ich finde vom Gefühl her keinen Zugang zu meinem Baby.					
Ich habe Angst, als Mutter zu versagen.					
Das Problem belastet die Partnerschaft.					
Ich plage mich mit Ängsten, meinem Baby könnte etwas zustoßen.					
Das Schreien meines Babies ist unerträglich, es kommt rasch zur Eskalation von Hilflosigkeit, Angst, Frustration oder ohnmächtiger Wut.					

Ausgefüllt von: Mutter Vater _____

Datum und Unterschrift _____



Informationen zum "Sono-Check" Nieren und ableitende Harnwege

Zum 1. September 2016 ist die Neufassung der Richtlinie über die Früherkennung von Krankheiten bei Kindern bis zur Vollendung des 6. Lebensjahres (**Kinder-Richtlinie**) in Kraft getreten. Diese regelt die Zeiträume und Inhalte der Ihnen bekannten "U"-Vorsorgen U1 (direkt nach der Geburt) bis U9 (60. bis 64. Lebensmonat).

In dieser Richtlinie sind Untersuchungen der Nieren und ableitenden Harnwege nicht vorgesehen, weder als Urinuntersuchung, indirekt als Blutdruckmessung oder als bildgebende Untersuchung durch Ultraschall.

Aus unserer Erfahrung heraus zeigen sich jedoch immer wieder Auffälligkeiten oder Erkrankungen der Nieren, zum Teil schon in den ersten Wochen nach der Geburt - auch nach einer unauffälligen Schwangerschaft. Dies können z.B. relevante Erweiterungen der ableitende Harnwege, Doppelnieren oder andere Formen einer fehlerhaften Nierenanlage sein.

Aus diesem Grund empfehlen wir Ihnen eine zusätzliche Untersuchung der Nieren mittels Ultraschall (Sonographie). Dadurch möchten wir frühzeitig auffällige Befund entdecken, um so einem gesundheitlichen Risiko für Ihr Kind entgegen wirken zu können.

Diese zusätzliche Untersuchung müssen wir Ihnen als kostenpflichtige individuelle Gesundheitsleistung (IGeL) anbieten. Wir können sie nicht Ihrer Krankenkasse in Rechnung stellen. Sollten sich kontroll- oder abklärungsbedürftige Befunde zeigen, sind die daraus resultierenden Folgeuntersuchungen selbstverständlich Leistungen Ihrer Krankenkasse.

Eine genaue Kostenaufstellung für unseren "Sono-Check" Nieren und ableitende Harnwege finden Sie auf den folgenden Seiten.

Für Rückfragen stehen wir Ihnen stets gerne zur Verfügung.

Für das gesamte Praxisteam

Künzell, Juli 2018

Dr. med. Benedikt J. Pircher

Facharzt für Kinder- und Jugendmedizin
Kindergastroenterologe





Vereinbarung über die Inanspruchnahme individueller Gesundheitsleistungen (IGeL)

[nach § 18 Abs. 8 Nr 2 des Bundes-MantelVertrages für Ärzte (BMV-Ä)]

"Sono-Check" Niere und ableitende Harnwege

Name des Patienten

Geburtsdatum

Straße, Hausnummer

Postleitzahl, Wohnort

Ich wünsche durch meine behandelnde Ärztin / meinen behandelnden Arzt die folgenden Leistungen auf privatärztlicher Basis in Anspruch zu nehmen. Diese werden auf Grundlage der amtlichen Gebührenordnung für Ärzte (GOÄ) wie im Folgenden aufgeführt berechnet.

Leistung	GOÄ-Ziffer	Faktor	Einzelbetrag [€]	Betrag [€] aller erforderlichen Folgeleistungen
Sollten sich aus der unten aufgeführten Untersuchung die Notwendigkeit einer Kontrolle oder weiterführenden Untersuchung ergeben, so sind diese Folgeuntersuchungen Leistungen, die direkt mit Ihrer Krankenkasse abgerechnet werden!				
Ultraschalluntersuchung der Nieren beidseits und ableitenden Harnwege	410	1,0	11,66	entfällt
	420		4,66	
	420		4,66	
Gesamtkosten (inklusive Sachleistungen)			20,98	entfällt

Mir ist bekannt, dass die Leistungen in diesem Fall nicht zum Leistungskatalog meiner gesetzlichen Krankenkasse gehören und daher die Kosten von meiner Krankenkasse nicht (auch nicht teilweise) übernommen oder erstattet werden können. Der oben genannte Betrag ist somit von mir selbst zu tragen.

Diese Vereinbarung schließe ich auf eigenen Wunsch nach umfassender und verständlicher Aufklärung über Art und Umfang der Leistung, ihren Nutzen und eventuelle Risiken sowie ggf. erforderlichen Folgeleistungen.

Mir wurde ausreichend Zeit vor Zustimmung und Inanspruchnahme gegeben.

Ein Exemplar dieser Vereinbarung habe ich erhalten.

Ort, Datum Unterschrift Patient / gesetzlicher Vertreter

Ort, Datum Unterschrift aufklärender Arzt

Quittung

Die o.g. Leistungen wurde vollständig erbracht am _____

Betrag dankend erhalten

wird in Rechnung gestellt

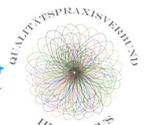
Beachte dazu Hinweise auf Seite 2 und die gesonderte Einverständniserklärung

Handzeichen

Diese Vereinbarung entspricht den Empfehlungen

Individuelle Gesundheitsleistungen (IGeL)

Gebührenempfehlungen des Qualitätszirkel der Kinder- und Jugendärzte Fulda





Informationen zu individuellen Gesundheitsleistungen (IGeL)

nach § 18 Abs. 8 Nr 2 des Bundes-MantelVertrages für Ärzte (BMV-Ä)

Individuelle Gesundheitsleistungen, sogenannte IGeL, sind **ärztliche Leistungen**, die **auf Wunsch der Patienten gegen Selbstzahlung** erfolgen und **nicht im Leistungskatalogs der gesetzlichen Krankenkassen (GKV)** beinhaltet sind. Diese Leistungen reichen über das gesetzlich definierte Maß einer ausreichenden und notwendigen Patientenversorgung hinaus.

Die Entscheidung für oder gegen eine IGeL treffen Sie alleine!

Wir beraten Sie gerne ausführlich zu Nutzen, Methodenwahl, Wirksamkeit, eventuellen Risiken, Kosten sowie evtl. kostenträchtige Folgeuntersuchungen oder –leistungen.

Informieren Sie sich rechtzeitig vor der geplanten Inanspruchnahme, damit Sie sich **ausreichend Zeit für Ihre Entscheidung nehmen** können.

Ein Teil der gesetzlichen Krankenkassen stellt ihren Mitgliedern mittlerweile Kosten(teil)erstattungen für bestimmte zusätzliche Leistungen in Aussicht. Erkundigen Sie sich daher bitte im Zweifel bei Ihrer Krankenkasse. Wir weisen Sie jedoch ausdrücklich darauf hin, dass sie bei einer IGeL keinen Anspruch auf eine Kostenerstattung haben. Abweichende Einzelfallentscheidungen liegen alleine im Ermessen Ihrer zuständigen Krankenkasse. Im Falle einer Zusage zur Kosten(teil)übernahme empfehlen wir Ihnen, sich den Umfang einer eventuellen Erstattung schriftlich bestätigen zu lassen.

Möchten Sie nach ausreichender Bedenkzeit eine individuelle Gesundheitsleistung in Anspruch nehmen, dann geben Sie bitte den **rückseitig aufgeführten Behandlungsvertrag** vor der Inanspruchnahme unterschrieben ab. Dieser beinhaltet eine Auflistung aller medizinischen Einzelleistungen, die voraussichtlichen Gesamtkosten entsprechend der gültigen Gebührenordnung für Ärzte (GOÄ), evtl. Sachkosten, Erklärung über Ihre Zustimmung zur IGeL und den Hinweis auf die private Honorierung mangels der Leistungspflicht der GKV. Eine Kopie des unterschriebenen Vertrages werden wir Ihnen für Ihre Unterlagen aushändigen.

Nach erfolgter Leistung erhalten Sie eine Rechnung über unsere ärztlichen Leistungen, die Sie unabhängig von eventuellen Kosten(teil)erstattungen Ihrer Krankenkasse (s.o.) in voller Höhe begleichen müssen. Die Kosten für ggf. erforderliche Sachkosten fallen separat an (z.B. Impfstoffe, die wir Ihnen auf Privatrezept verordnen und in einer Apotheke eingereicht und bezahlt werden müssen).

Weitere Informationen zu IGeL finden Sie auch im Internet, u.a. unter:

- Bundesministerium für Ernährung, Landwirtschaft und Verbraucherschutz (www.bmelv.de)
- Bundesärztekammer (www.baek.de)
- Verbraucherzentrale (www.verbraucherzentrale.de)

Hinweise zur Rechnungsstellung

(gemäß DSGVO)

Sie haben gewünscht, für die rückseitig aufgeführten Leistungen eine Rechnung zu erhalten. Die Rechnungsstellung erfolgt in unserem Auftrag über die Ärztliche Verrechnungsstelle Büdingen GmbH (büdingenmed, ehem. pvsbüdingen), Gymnasiumstraße 18-20, 63654 Büdingen.

Zu diesem Zweck ist es erforderlich, patientenbezogene Daten an diese Stelle übermitteln, insbesondere Namen, Anschrift, Geburtsdatum sowie Behandlungsdaten. Hierzu benötigen wir Ihr Einverständnis (auf einer gesonderten Einverständniserklärung der Verrechnungsstelle). Wir werden diese Einverständniserklärung nur für den umseitig aufgeführten Vorgang verwenden.

Sie haben gemäß Art. 7 Abs. 3 DS-GVO das Recht, diese Einwilligung jederzeit gegenüber uns zu widerrufen, sofern die Daten noch nicht übermittelt wurden. Die Datenübermittlung erfolgt jeweils am Monatsende des Monats, in dem die Leistungen erfolgen.

Darüber hinaus haben Sie folgende Rechte:

- gemäß Art. 15 DS-GVO Auskunft über Ihre von uns verarbeiteten personenbezogenen Daten zu verlangen.
- gemäß Art. 16 DS-GVO unverzüglich die Berichtigung unrichtiger oder Vervollständigung Ihrer bei uns gespeicherten personenbezogenen Daten zu verlangen;
- gemäß Art. 17 DS-GVO die Löschung Ihrer bei uns gespeicherten personenbezogenen Daten zu verlangen, soweit nicht die Verarbeitung zur zur Erfüllung einer rechtlichen Verpflichtung erforderlich ist;
- gemäß Art. 18 DS-GVO die Einschränkung der Verarbeitung Ihrer personenbezogenen Daten zu verlangen, soweit die Richtigkeit der Daten von Ihnen bestritten wird, die Verarbeitung unrechtmäßig ist, Sie aber deren Löschung ablehnen und wir die Daten nicht mehr benötigen, Sie jedoch diese zur Geltendmachung, Ausübung oder Verteidigung von Rechtsansprüchen benötigen oder Sie gemäß Art. 21 DSGVO Widerspruch gegen die Verarbeitung eingelegt haben;
- gemäß Art. 20 DS-GVO Ihre personenbezogenen Daten, die Sie uns bereitgestellt haben, in einem strukturierten, gängigen und maschinenlesebaren Format zu erhalten oder die Übermittlung an einen anderen Verantwortlichen zu verlangen;
- gemäß Art. 21 DS-GVO Widerspruch gegen die Verarbeitung Ihrer personenbezogenen Daten einzulegen, soweit dafür Gründe vorliegen, die sich aus Ihrer besonderen Situation ergeben und
- gemäß Art. 77 DS-GVO sich bei einer Aufsichtsbehörde zu beschweren. In der Regel können Sie sich hierfür an die Aufsichtsbehörde Ihres üblichen Aufenthaltsortes oder Arbeitsplatzes oder unseres Verbandssitzes wenden.



Informationen zur Vermeidung des Plötzlichen Kindstod (SIDS)

Der plötzliche Kindstod (englisch: sudden infant death syndrome - SIDS) ist für Eltern ein beängstigendes Thema, insbesondere in bereits betroffenen Familien. Er kommt vor allem im ersten Lebensjahr vor. Die Ursachen für den unerwarteten Säuglingstod sind auch heute noch nicht gänzlich verstanden. Dennoch zeigen sich immer mehr Zusammenhänge, deren Beachtung das SIDS-Risiko deutlich reduzieren können:



Schlafen in Rückenlage

Ihr Kind sollte **grundsätzlich in Rückenlage schlafen**. Bedenken, dass Ihr Kind in Rückenlage gefährdet wird, konnten eindeutig widerlegt werden. Da die Luftröhre vor der Speiseröhre liegt, ist die Rückenlage zum Beispiel bei hochgewürgter Nahrung oder Erbrochenem sicherer. Tagsüber können und sollten Sie Ihr Kind unter Aufsicht auch zeitweise auf den Bauch legen. Damit kann es seine gesamte Muskulatur trainieren. Sollte Ihr Kind einschlafen oder Sie den Raum verlassen müssen, drehen Sie es jedoch immer in die Rückenlage zurück.

Schlafen im Schlafsack ohne zusätzliche Decke oder Kopfkissen

Idealer Weise lassen Sie ihr Kind in einem Schlafsack schlafen. In diesem muss es auch lediglich mit Windel und Schlafanzug bekleidet sein. Somit vermeiden Sie eine Überwärmung oder einen Atemrückstau durch eventuelles Überdecken des Köpfens. Aus diesem Grund braucht Ihr Kind auch kein Kopfkissen, Umpolsterungen ("Nestchen") oder Tierfell sowie Kuscheltiere in seinem Bett.

Schlafen zunächst im Elternschlafzimmer - aber im eigenen Bett

Im ersten Lebensjahr sollte Ihr Kind mit Ihnen in einem Zimmer schlafen - aber in seinem eigenen Bettchen. Die Atemgeräusche der Eltern haben dabei einen positiven Einfluss auf die Atemregulation Ihres Kindes. Das gemeinsame Schlafen im elterlichen Bett ist dagegen mit einem erhöhten Risiko für den plötzlichen Kindstod verbunden und sollte deshalb vermieden werden. Sollten Sie Ihr Kind - z.B. als stillende Mutter - dennoch nah bei sich haben wollen, eignen sich ggf. sogenannte Still- oder Balkonbettchen.

Nicht zu warm

Die ideale **Raumtemperatur im Schlafzimmer Ihres Kindes** liegt zwischen **16 - 18 °C**. Das Bett sollte zudem nicht in der Sonne oder direkt neben einem Heizkörper stehen.



Rauchfreie Umgebung

Rauchen und Passivrauchen gefährden nachweislich nicht nur Ihre eigene Gesundheit sondern auch die Ihres Kindes. Achten Sie deshalb unbedingt auf eine rauchfreie Umgebung für Sie und Ihr Kind. Sollten Sie selbst Raucher sein, versuchen Sie doch das freudige Ereignis der Geburt dazu zu nutzen, mit dem Rauchen aufzuhören.

Wenn möglich: Stillen

Muttermilch hat viele Vorteile für Sie und Ihr Kind. Gestillte Säuglinge sollen darüber hinaus leichter erweckbar sein und haben dadurch ein geringeres Risiko für Atemstillstände.

Bei Warnzeichen: Arzt aufsuchen!

Wenn Sie Sorge um die Gesundheit Ihres Kindes haben oder - gerade in der Anfangszeit - unsicher sind, wenden Sie sich gerne an uns.

Bei folgenden Auffälligkeiten sollten Sie dringend Ihren / einen (Kinder-) Arzt aufsuchen:

- Auffällige Haut- / Gesichtsfarbe (auffallende Blässe, Blauverfärbung um den Mund oder im gesamten Gesicht, auffallende Gelbverfärbung oder ähnliches)
- Auffallendes Schwitzen, d.h. die Kleidung ist bei Raumtemperatur so durchnässt, dass sie gewechselt werden muss
- Bei Atempausen von über 15 Sekunden oder Atempausen, die zu starker Blässe oder Blauverfärbung führen
- Bei neu auftretenden, auffallenden Hautflecken, vor allem, wenn diese nicht wegdrückbar sind
- Bei schwerer Erweckbarkeit Ihres Kindes (dabei aber nie schütteln!)
- Bei häufigem Erbrechen oder Verschlucken
- Bei Trinkschwäche oder Nahrungsverweigerung
- Bei auffallend schrillum Schreien oder wenn sich Ihr Kind durch Sie nicht beruhigen lässt
- Bei Fieber ohne erkennbarer Ursache

[in den ersten Lebenswochen gilt als Fieber eine Körpertemperatur >38,0 °C (im Po gemessen), später ab 38,5 °C]

Ausführlichere Informationen finden Sie auch hier:

www.geps.de Gemeinsame Elterninitiative Plötzlicher Säuglingstod (GEPS) Deutschland e.V.

www.bzga.de Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung

www.kinderärzte-im-netz.de

Für Rückfragen stehen wir Ihnen stets gerne zur Verfügung.

Für das gesamte Praxisteam

Künzell, Juli 2018

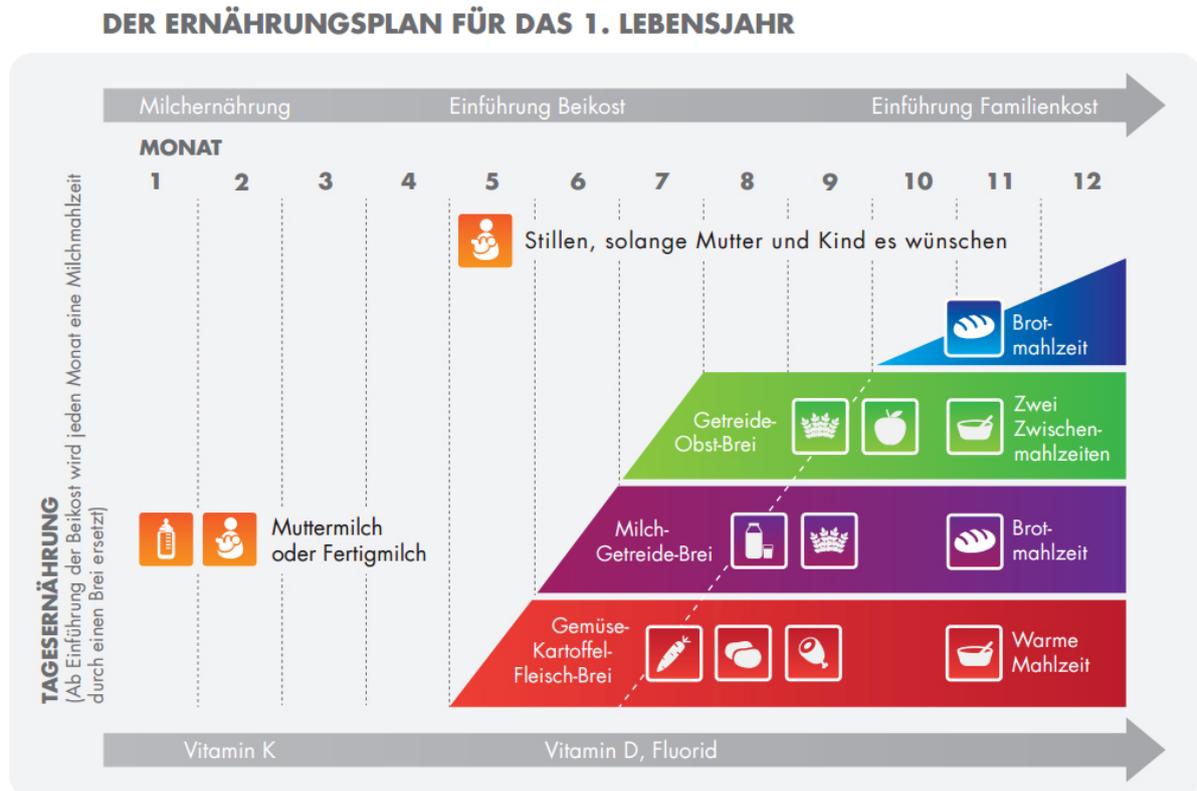
Dr. med. Benedikt J. Pircher

Facharzt für Kinder- und Jugendmedizin

Kindergastroenterologe



Ernährung im ersten Lebensjahr



Quelle: Forschungsinstitut für Kinderernährung Dortmund

Stillen und / oder Säuglingsnahrung

Muttermilch ist in den ersten Lebensmonaten die beste Ernährungsform für Säuglinge. Sie ist dabei gut für die Gesundheit von Kind und Mutter. Neben der Förderung der emotionalen Bindung zeigen sich beim Kind geringere Risiken für Durchfallerkrankungen, Mittelohrentzündungen, späteres Übergewicht und den plötzlichen Kindstod.

Es wird empfohlen - wenn möglich - Säuglinge mindestens bis zum 5. Lebensmonat ausschließlich zu stillen. Ist dies nicht möglich oder nicht gewünscht, ist auch ein Teilstillen vorteilhaft. Ggf. kann die Muttermilch auch mit einer Milchpumpe gewonnen und in der Trinkflasche verabreicht werden. Ab dem 5. Lebensmonat, spätestens jedoch ab dem 7. Lebensmonat, sollte mit Beikost begonnen werden (siehe unten). Zusätzlich kann und sollte weiterhin gestillt werden. Wie lange, entscheiden Mutter und Kind.

Es kann ernsthafte Gründe geben, die gegen das Stillen sprechen. Manchmal ist es trotz aller Bemühungen nicht "erfolgreich" oder wird der Mutter aus verschiedenen Gründen nicht gewünscht. In diesen Fällen ist es wichtig, dass sich die betroffenen Mütter keine Vorwürfe machen.



Dafür stehen industriell hergestellte Säuglingsanfangsnahrungen, z.B. "Pre", zur Verfügung. Auch diese Präparate können im gesamten ersten Lebensjahr - später zusammen mit der Beikost - verabreicht werden. Folgenahrungen ("2er-" oder "3er-Nahrungen") sind nicht erforderlich. Auch wird von der Selbstherstellung aus Milch, egal ob Kuh-, Ziegen-, Schafs- oder Stutenmilch, abgeraten. Die Gründe dafür liegen in einer unausgewogenen Nährstoffzusammensetzung, dem erhöhten Risiko für Durchfallerkrankungen und einer deutlich erhöhten Nierenbelastung (sogenannte Molenlast). Ebenso sollten im ersten Lebens(halb)jahr keine Sojaprodukte - mit wenigen Ausnahmen - verabreicht werden, da diese Isoflavone (sogenannte Phytoöstrogene) enthalten, die das Gleichgewicht der Geschlechtshormone beim Säugling beeinflussen können.

Bei einem erhöhten Allergierisiko, z.B. bei dem Vorliegen von Allergien bei den Eltern, können bei nicht oder nur teilgestillten Säuglingen hypoallergene Nahrungen (HA-Nahrung) verwendet werden. Diese gibt es auch als "HA-Pre" und sollten mindesten bis zum 5. Lebensmonat Anwendung finden. Danach verliert sich der allergievorbeugende Effekt.

Einführung der Beikost

Die Einführung von Beikost wird frühesten ab dem 5. Lebensmonat, spätestens ab dem 7. Lebensmonat empfohlen. Der genaue Zeitpunkt richtet sich nach der Entwicklung und dem Interesse des Kindes. Meist ist anfangs Geduld gefragt, denn ein neuer Brei muss mehrfach (durchschnittlich achtmal!) angeboten werden, bis er vom Säugling akzeptiert wird.

Begonnen wird in der Regel mit einem Gemüsebrei, der bei Akzeptanz rasch auf einen Gemüse-Kartoffel-Fleischbrei erweitert wird. Von Anfang an darf und sollte die Beikost abwechslungsreich sein. Jeden Monat kann eine weitere Breimahlzeit, zunächst Milch-Getreide-Breie, danach Getreide-Obst-Brei eingeführt werden.

Bei der Beikost ist im Gegensatz zur Säuglingsanfangsnahrung das Selbstkochen durchaus möglich und wünschenswert. Die Vorteile liegen dabei in der größeren Vielfalt und der Förderung der Akzeptanz neuer Lebensmittel.

Dabei sollte beachtet werden, dass Zusätze von Salz, Aromen oder starker Süße vermieden werden und zunächst nur wenige Lebensmittelzutaten verwendet werden sollten.

Industriell hergestellte Beikostprodukte sind jedoch auch guten Gewissens verwendbar. Ihre Herstellung unterliegt hohen gesetzlichen Anforderungen.

Kuhmilch sollte im ersten Lebensjahr auch nach Einführung der Beikost noch in kleinen Mengen (ca. 200ml pro Tag) , z.B. in selbst hergestellten Milchbreien, angeboten werden.

Zum Ende des ersten Lebensjahres wird das Kind immer mehr zur Familienkost übergehen, zunächst zum Beispiel in Form von Brotmahlzeiten. Dabei sollte weiter darauf geachtet werden, dass diese Mahlzeiten **salzarm** sind. Bitte achten Sie darauf, alterstypische Stücke anzubieten, um zu vermeiden, dass sich Ihr Kind an festen Nahrungsbestandteilen (Nüsse, Sonnenblumenkerne oder ähnliches) verschlucken kann.



Getränke

In der Zeit, in der Ihr Kind gestillt oder mit einer Säuglingsanfangsnahrung gefüttert wird, ist ein zusätzliches Flüssigkeitsangebot in der Regel nicht erforderlich. Ein erhöhter Flüssigkeitsbedarf besteht lediglich bei Verlusten durch hohes Fieber, (Brech-) Durchfall oder großer Hitze.

Mit Beginn der dritten Breikost wird das Angebot zusätzlicher Flüssigkeit, z.B. in Form von Trinkwasser oder ungesüßten Kräuter- und Früchtetees, notwendig. Sie sollten dabei auch bei kalorienarmen und ungesüßten Getränken das Dauernuckeln (vor allem nachts) vermeiden und stattdessen versuchen, Ihr Kind früh an Becher oder Tassen zu gewöhnen.

Das Trinkwasser (Leitungswasser) hat in unserem Land eine hohe Qualität und unterliegt strengen Kontrollen. Beachten Sie bitte dennoch, dass Sie das Wasser aus der Leitung zunächst ablaufen lassen, bis es kalt aus der Leitung fließt. Bei der Zubereitung von Säuglingsnahrung sollte es zuvor abgekocht und erst nach Abkühlung auf unter 40°C verwendet werden. Trinkwasser aus Bleileitungen (in alten Gebäuden noch möglich) darf nicht verwendet werden. Sollten Sie über einen eigenen Hausbrunnen verfügen, muss dieses Wasser erst auf die Eignung zum Trinken überprüft werden.

Alternative Ernährungsformen

Eine (ovo-lakto-) vegetarische Ernährung von Säuglingen und Kindern ist heute prinzipiell möglich. In diesem Fall ist jedoch eine sorgfältige und ausgewogene Lebensmittelauswahl und die ärztliche Überwachung des Gedeihens und einzelner Nährstoffe (v.a. Eisen, Zink und Omega-3-Fettsäuren) erforderlich.

Eine vegane Ernährungsform dagegen muss in dieser Altersperiode abgelehnt werden. Hier besteht ein hohes Risiko für schwere und folgenreiche Nährstoffdefizite. Insbesondere durch einen Vitamin-B12-Mangel drohen schwere und irreversible neurologische Schädigungen.

Quellen:

Prell C, Koletzko B: Stillen und Beikost - Empfehlungen für die Säuglingsernährung. Deutsches Ärzteblatt 2016; 113: 435-44

Deutsche Gesellschaft für Ernährung: Update Säuglingsernährung - Handlungsempfehlungen liefern klare Antworten für Eltern. DGEinfo 5/2011: 71-74

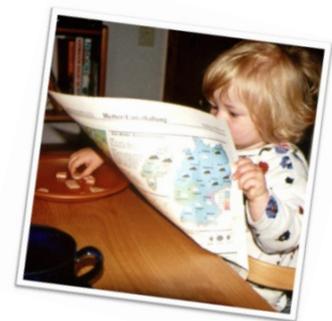
Weitere Informationen finden Sie unter

www.kinderaerzte-im-netz.de

www.aid.de AID-Informationsdienst

www.fke-do.de Forschungsinstitut für Kinderernährung Dortmund

www.bzga.de Bundeszentrale für Gesundheitliche Aufklärung



Für Rückfragen stehen wir Ihnen stets gerne zur Verfügung.

Für das gesamte Praxisteam

Künzell, Juli 2018

Dr. med. Benedikt J. Pircher

Facharzt für Kinder- und Jugendmedizin
Kindergastroenterologe





Informationen zur Fluoridprophylaxe und Zahngesundheit

Die wesentlichen Maßnahmen zur Kariesprophylaxe sind eine ausgewogene Ernährung, die richtige Zahnpflege sowie die Anwendung von Fluoriden.

Der Nutzen der unterschiedlichen Fluoridmaßnahmen gilt heute als gesichert. Durch die Gabe von Fluorid wird der Mineralauflösung (Demineralisierung) der schützenden Zahnhartsubstanzen an der Zahnoberfläche entgegengewirkt.

In welcher Form die Fluoridmaßnahme erfolgen soll, ist leider auch heute noch umstritten. Unumstritten ist jedoch, dass eine altersentsprechende Fluoridversorgung erfolgen sollte. Deshalb erhalten Sie für Ihr Kind bei den regelmäßigen Vorsorgeuntersuchungen auch die Vitamin-D- und Fluoridtabletten (oder nur Vitamin-D) rezeptiert.

Im ersten Lebensjahr ...

... empfehlen wir die Einnahme einer Vitamin-D-Fluoridtablette pro Tag.

Diese Tabletten können vor einer Milchmahlzeit entweder als Ganzes oder halbiert in die Wangentaschen gelegt oder zwischen zwei Teelöffeln zerdrückt und mit wenigen Spritzern (Mutter-) Milch aufgelöst verabreicht werden.

Alternativ kann auch die alleinige Vitamin-D-Einnahme erfolgen. Dann sollte jedoch bereits ab dem ersten Zahn mit einer kleinen Menge ("dünner Film") einer fluoridhaltigen Kinderzahnpaste (Fluoridgehalt 500 ppm) einmal täglich geputzt werden.

Vermeiden Sie bitte unbedingt das Dauernuckeln Ihres Kindes an Tee (auch ungesüßt) und Obstsaften. Da unser Speichel kariesfördernde Bakterien enthält, sollten Schnuller regelmäßig gereinigt und keinesfalls von den Eltern "saubergelutscht" werden.

Ab dem zweiten Lebensjahr ...

... sollten Sie die Zähne Ihres Kindes zweimal täglich mit einer "erbsgroßen" Menge einer Kinderzahnpaste (Fluoridgehalt bis 2 Lebensjahren 500 ppm, 2-6 Lebensjahre 1.000 ppm, ab dem ersten bleibenden Zahn >1.400 ppm) putzen. Zusätzlich nimmt Ihr Kind jetzt auch Fluorid über fluoridiertes Speisesalz (zunächst noch kleine Mengen) und (Mineral-) Wasser auf.

Eine darüber hinausgehende, zusätzliche Fluoridgabe ist nicht erforderlich und sinnvoll, denn mit einer zu hohen Konzentration an Fluorid steigt auch das Risiko sogenannter Fluorosen - das sind weiße Verfärbungen in Form von Flecken oder Streifen auf der Zahnschmelzoberfläche.





Mehr und mehr sollte zusammen geübt werden, die Zahnpasta nicht herunterzuschlucken, sondern auszuspucken.

Zusätzlich sollten Sie Ihr Kind an das Trinken aus Trinklerntassen gewöhnen. Nuckelflaschen und Schnuller sollten - wenn möglich - nicht mehr genutzt werden. Schließlich ist Ihr Kind jetzt kein "Säugling" mehr.

Mit dem zunehmenden Alter ...

... wird Ihr Kind immer selbstständiger die Zähne putzen (wollen). Dies sollte weiterhin zweimal täglich gründlich mit der eigenen Zahnbürste erfolgen. Bis zum Erreichen des Schulalters ist es notwendig, die Zähne bei Ihrem Kind noch einmal nachputzen.

Nach dem Durchbruch der ersten bleibenden Zähne wechselt Ihr Kind zu einer Erwachsenen-Zahnpasta (Fluoridgehalt >1.400 ppm).

Ein Nachputzen der Zähne durch Sie als Eltern wird bis mindestens 8 Lebensjahren empfohlen.

Zusätzlich zu diesen Maßnahmen empfehlen wir den regelmäßigen Besuch bei Ihrem Zahnarzt. Auch hier gibt es zahnärztliche Vorsorgeuntersuchung ähnlich den Ihnen bekannten Vorsorgeuntersuchungen in unserer Praxis. Die erste Vorstellung kann bereits ab dem Durchbruch des ersten Milchzahnes (ab ca. 6 Lebensmonaten) erfolgen. Dabei geht es auch darum, Ihr Kind an die vorsorglichen zahnärztlichen Untersuchungen zu gewöhnen und weitere wichtige Tipps zur optimalen Zahngesundheit zu erhalten.

Für Rückfragen stehen wir Ihnen stets gerne zur Verfügung.

Für das gesamte Praxisteam

Künzell, November 2019

Dr. med. Benedikt J. Pircher

Facharzt für Kinder- und Jugendmedizin
Kindergastroenterologe





Allgemeine Informationen zur Impfungen

Impfungen sind eine der wichtigsten Maßnahmen zum Schutz vor folgenschweren und ansteckenden Infektionskrankheiten. Dabei werden neben der geimpften Person selbst auch Mitmenschen geschützt, die aus verschiedenen Gründen (noch) nicht geimpft werden können oder durch schwere Erkrankungen zusätzlich anfällig sind. Aus diesem Grund ist es empfehlenswert, auch als Eltern, regelmäßig seinen Impfstatus überprüfen zu lassen.



Die heutigen modernen Impfstoffe sind dabei gut verträglich. Es zeigen sich meist nur leichte, kurz andauernde Nebenwirkungen in Form von Fieber, leichten Schmerzen oder Rötungen an den Impfstellen, sowie seltener Kopf- und Gliederschmerzen, Mattigkeit, Unwohlsein, Übelkeit oder Schwellung von Lymphknoten.

Darüberhinausgehende, länger andauernde Beschwerden oder gravierende Komplikationen sind sehr selten. Häufig wird der Ärzteschaft vorgeworfen, dass sie diese verschweigen würde: Als Ärzte sind wir jedoch gesetzlich verpflichtet, eine mögliche Impfkomplication zu melden - eine Pflicht, der wir in unserer Praxis sehr gewissenhaft nachkommen.

Eine Impfpflicht besteht in unserem Land nicht. Über die jeweils bei Ihrem Kind anstehenden, öffentlich und von uns empfohlenen Impfungen informieren wir Sie gerne und ausführlich bei den regelmäßigen Vorsorgeterminen.

Dieses erfolgt rechtzeitig im Voraus, so dass Sie ausreichend Zeit haben, sich über diese Maßnahmen Gedanken zu machen bzw. weitere Informationen einzuholen.

Selbstverständlich stehen wir Ihnen bei Fragen gerne zur Verfügung.

Ausführlichere Informationen finden Sie auch hier:

www.impfen-info.de Impfinformationen der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung

www.rki.de Impfungen A-Z, Informationen des Robert-Koch Instituts

www.kinderärzte-im-netz.de

Für das gesamte Praxisteam

Künzell, Juli 2018

Dr. med. Benedikt J. Pircher

Facharzt für Kinder- und Jugendmedizin
Kindergastroenterologe





Spitzenverband der
landwirtschaftlichen
Sozialversicherung



Verband der Ersatzkassen e. V. (vdek)

- BARMER GEK
- Techniker Krankenkasse
- DAK-Gesundheit
- KKH-Allianz
- HEK-Hanseatische Krankenkasse
- hkk



Bundeszentrale
für
gesundheitliche
Aufklärung



Berufsverband der
Kinder- und Jugendärzte e.V.



Kassenärztliche
Bundesvereinigung
Körperschaft des öffentlichen Rechts

Liebe Eltern,

Sie haben schon die ersten Erfahrungen mit Ihrem Kind gesammelt! Füttern, Wickeln, Schlafen und Schreien in kurzen Abständen fordern Ihre ganze Fürsorge. Sie und Ihr Kind bauen eine enge Beziehung zueinander auf.

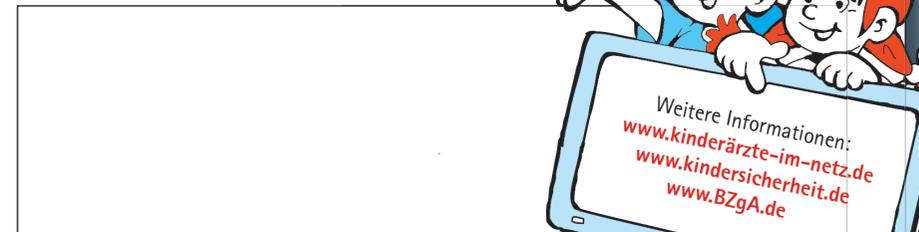
Unfälle sind die größte Gefahr für Leben und Gesundheit Ihres Kindes. Durch einfache Maßnahmen lassen sich die meisten Unfälle vermeiden. Unfallschwerpunkte in diesem Alter sind:

- Stürze aus der Höhe
- Erstickung und Strangulation
- Transportunfälle
- Verbrühungen

Gerade wenn Ihr Kind schreit, braucht es Ihre Nähe und Hilfe. Die Schreiphasen können bis zur 6. Lebenswoche zunehmen, um dann wieder weniger zu werden. Auch wenn Sie Ihr Kind einmal nicht beruhigen können und mit den Nerven am Ende sind: **Schütteln Sie Ihr Kind nie!** Heftiges Schütteln kann zu schweren bis tödlichen Gehirnverletzungen führen!

Bei allen Unsicherheiten in der Betreuung Ihres Kindes wenden Sie sich vertrauensvoll an Ihre(n) Kinder- und Jugendärztin oder -arzt.

Mit freundlicher Empfehlung



Weitere Informationen:
www.kinderärzte-im-netz.de
www.kindersicherheit.de
www.BZgA.de

Sturz von Wickeltisch, Bett oder Sofa



Vorbeugung

Legen Sie zum Wickeln alles vorher in Griffnähe bereit!
Immer ist eine Hand am Kind.
Das Baby keinen Augenblick allein lassen.
Notfalls (z.B. Haustürklingel, Telefon) Ihr Kind mitnehmen oder geschützt auf den Boden legen.
Legen Sie Ihr Kind nie unbeaufsichtigt auf Bett oder Sofa.

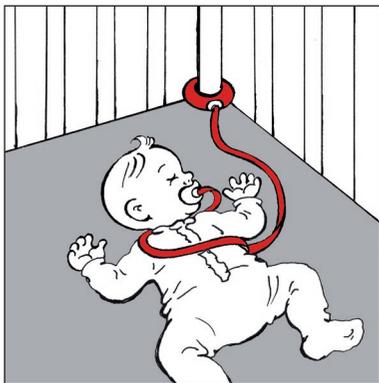
Plötzlicher Kindstod



Vorbeugung

Legen Sie Ihr Kind zum Schlafen nie auf den Bauch, sondern immer auf den Rücken, möglichst im Schlafsack, ohne Kopfkissen und schwere Decken!
Überwärmung vermeiden (z.B. keine Wärmflaschen, Schaffelle). Das Kind sollte im eigenen Bett und nicht alleine im Zimmer schlafen.
Rauchfreie Umgebung!

Ersticken, Strangulation



Vorbeugung

Halten Sie Halsketten (z.B. Bernsteinkette), Kordeln und Schnüre aus der Reichweite des Babys! Die Schnullerschnur muss kürzer als der Halsumfang sein.
Keine Spielketten im Bettchen oder Kinderwagen quer spannen.

Verbrühen



Vorbeugung

Vermeiden Sie heiße Getränke oder Flüssigkeiten in der Nähe des Säuglings!
Beim Waschen/Baden des Säuglings Wassertemperatur auf Handwärme begrenzen.

Autounfälle



Vorbeugung

Transportieren Sie Ihren Säugling immer in der Babyschale rückwärts gerichtet, möglichst auf dem Rücksitz!
Transportieren Sie Ihr Baby auf dem Vordersitz nur mit abgeschaltetem Beifahrer-Airbag.
Den Sitz korrekt im Auto befestigen.
Baby in Babyschale stets anschnallen – auch außerhalb des Autos!

Sicherheit von Möbeln, Spielzeug, Kinderwagen geprüft?



Vorbeugung

Achten Sie beim Kauf von Spielzeug, Möbeln und anderen Produkten auf Sicherheit (keine scharfen Kanten und Spitzen, keine Kleinteile)!
Das GS-Zeichen ist ein Hinweis auf geprüfte Sicherheit.
Testberichte geben wertvolle Hinweise.

U3 Seelisch gesund aufwachsen

••••• 4.-5. Lebenswoche



Liebe Eltern,

Ihr Kind schaut gerne in Ihr Gesicht und hört Ihre Stimme.

Wenn es schreit, braucht es Ihre Nähe und Hilfe.

Hier geht's
zum Film



„Deine Stimme beruhigt mich und deine Worte interessieren mich.“

Ihr Kind hört gerne zu, wenn Sie beschreiben, was Sie sehen, gerade tun und gemeinsam erleben. Es freut sich, wenn Sie es loben und anlächeln. Möglicherweise antwortet es Ihnen jetzt bereits mit eigenen Lauten.

•••••
Die Bedeutung der Worte kennt Ihr Kind noch nicht. Viele Informationen werden über die Stimmlage, Mimik und Gestik vermittelt. Durch Wiederholungen lernen Babys Grundlagen der Sprache kennen und erfahren, dass beim Sprechen Gefühle und Stimmungen ausgedrückt werden. Dies wird am besten in der eigenen Muttersprache vermittelt.



„Ich brauche viel von deiner Zeit und möchte, dass du mir die Welt zeigst.“

Zwischen Schlafen und Trinken ist Ihr Kind immer wieder wach und aufmerksam. Nutzen Sie diese Zeiten, mit ihm seine Umgebung zu entdecken. Beispiele dafür sind Sing- und Bewegungsspiele, die Beschäftigung mit Gegenständen sowie Streicheln und Schmusen. Wenn Ihr Kind eine kurze Pause braucht, wendet es seinen Blick oder seinen Kopf ab.

•••••
Kinder lernen sich selbst und ihr Umfeld im Austausch mit ihren Bezugspersonen kennen. Dabei machen sie die Erfahrung, dass andere Menschen auf ihre Signale reagieren. Dies motiviert sie, sich aktiv am Austausch zu beteiligen.



Ihr Kind zeigt immer deutlicher seine Gefühle. Es beruhigt Ihr Kind, wenn Sie über die Gefühle, die Sie bei ihm erkennen, sprechen und darauf eingehen. Dabei zeigen Sie meist intuitiv einen passenden Gesichtsausdruck, wodurch sich Ihr Kind verstanden fühlt.

• • • • •

Im Verlauf des ersten Lebensjahres entwickeln Kinder die sogenannten sechs Basisemotionen. Diese sind Überraschung, Freude, Angst, Wut, Traurigkeit und Ekel. Die Grundlagen für Mitgefühl und soziales Miteinander werden gelegt, wenn sich Kinder emotional verstanden fühlen. Dafür ist es wichtig, dass ihre Gefühle ernst genommen und in Worte gefasst werden.



„Es tut mir gut, wenn du meine Gefühle verstehst und darauf eingehst.“

Falls Ihr Baby lange schreit und sich nicht beruhigen lässt, will es Sie nicht ärgern. Das Schreien kann sehr belastend für Sie sein. Um sich selbst zu beruhigen, können Sie Ihr Kind in sein Bett legen und für kurze Zeit den Raum verlassen. **Unter keinen Umständen dürfen Sie Ihr Baby schütteln.** Dies führt zu schweren Gehirnverletzungen bis hin zum Tod. Holen Sie sich bei Bedarf Unterstützung.

• • • • •

Manche Kinder schreien mehr als andere. Sie sind besonders empfindlich und können nur schwer beruhigt werden. Das kann an ihrer Veranlagung oder an frühen Erfahrungen liegen. Bei liebevoller Fürsorge und feinfühligem Betreuer geht eine intensive Schreiphase meist nach wenigen Wochen vorbei und die Kinder entwickeln sich positiv.



„Schüttele mich nie!“



Wenn Ihr Kind unruhig wird oder schreit, braucht es Ihre Aufmerksamkeit und Unterstützung. Es ist wichtig, dass Sie herausfinden, was ihm fehlt und auf sein Bedürfnis eingehen. Oft beruhigt es sich, wenn Sie mit ihm sprechen, singen oder es auf dem Arm tragen.

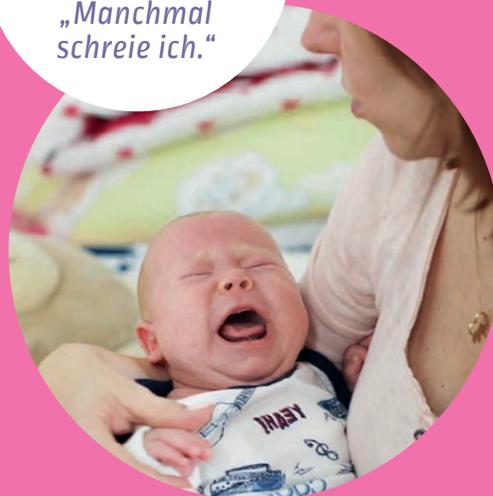
• • • • •

Schreien ist eine normale und wichtige Ausdrucksmöglichkeit von Babys. Sie zeigen dadurch, dass sie etwas brauchen. Babys benötigen dann unmittelbare Hilfe und erfahren so Zuverlässigkeit und bauen Vertrauen auf.

Gründe für Schreien sind beispielsweise Hunger, Erschrecken, Angst, Müdigkeit, Erschöpfung, Schmerzen, Bedürfnis nach Nähe oder nach Anregung.



„Manchmal schreie ich.“



„Es ist gut für mich, wenn es meinen Eltern gut geht.“



Wenn Ihr Kind schlecht trinkt, wenig schläft oder viel schreit oder wenn Sie etwas anderes belastet, brauchen Sie Unterstützung. Bitten Sie Ihr familiäres Umfeld um Entlastung und sprechen Sie mit Ihrer Hebamme oder Ihrer Ärztin/Ihrem Arzt. Dies gilt auch, wenn Sie sich als Mutter über einen längeren Zeitraum traurig und niedergeschlagen fühlen oder Ihr Kind innerlich ablehnen. Das könnte ein Anzeichen für eine Wochenbettdepression sein.

• • • • •

Etwa jede sechste Frau erkrankt nach der Geburt ihres Kindes an einer Wochenbettdepression. Diese Krankheit wird oft spät erkannt, ist aber gut behandelbar.

Eine Wochenbettdepression ist eine starke Belastung für Mutter, Kind und die gesamte Familie. Der Beziehungsaufbau zum Kind wird dadurch erschwert. Es ist wichtig, professionelle Unterstützung zu suchen.

bvkJ.

Berufsverband der
Kinder- und Jugendärzte e.V.



Mo-Fr: 9-11 Uhr
Di-Do: 17-19 Uhr

Ansprechpartner für Ihre Fragen sind Ihre
Ärztinnen und Ärzte für Kinderheilkunde und
Jugendmedizin vor Ort. Informationen unter
www.kinderaerzte-im-netz.de

Beratungsangebote für Eltern:
Anonym und kostenlos!
Bei kleinen Sorgen.
In schwierigen Situationen.



Nationales Zentrum Frühe Hilfen

Frühe Hilfen...
sind Angebote für werdende Eltern und Familien mit Kindern
bis drei Jahre. Diese Angebote bieten Eltern Unterstützung,
Beratung und Begleitung. Sie sind freiwillig und kostenfrei.
Ziel ist es, jedem Kind eine gesunde Entwicklung zu ermög-
lichen. Weitere Informationen finden Sie unter
www.elternsein.info



Alle Filme zu den Elterninformationen
Seelisch gesund aufwachsen
finden Sie hier:

<https://seelisch-gesund-aufwachsen.de>

Die Filme stehen auf der Website
auch in den folgenden Sprachen
zur Verfügung:

- Arabisch
- Englisch
- Französisch
- Russisch
- Türkisch

Hier geht's
zum Film



Diese Elterninformationen sind ein Gemeinschaftsprojekt von:



Techniker Krankenkasse (TK) BARMER
DAK-Gesundheit IKH Kaufmännische Krankenkasse
hkk - Handelskrankenkasse HEK - Hanseatische Krankenkasse



KASSENÄRZTLICHE
BUNDESVEREINIGUNG



Impressum

Herausgeber:
Verband der Ersatzkassen e. V. (vdek)

Idee & Konzeption:
Deutsche Liga für das Kind

Design & Illustration:
Kai Herse & Anke am Berg

Anschrift:
Verband der Ersatzkassen e. V.
Askanischer Platz 1
10963 Berlin

Finanzierung durch:
- vdek
- AOK-Bundesverband
- BKK
- IKK e. V.
- KNAPPSCHAFT
- SVLFG

Fotos:
Eva Radünzel, Darja Pilz, Anja Hansmann

info@vdek.com
www.vdek.com

Druck:
KERN GmbH
In der Kolling 7
66450 Bexbach

Mit freundlicher Empfehlung

Hier geht's
zum Film