

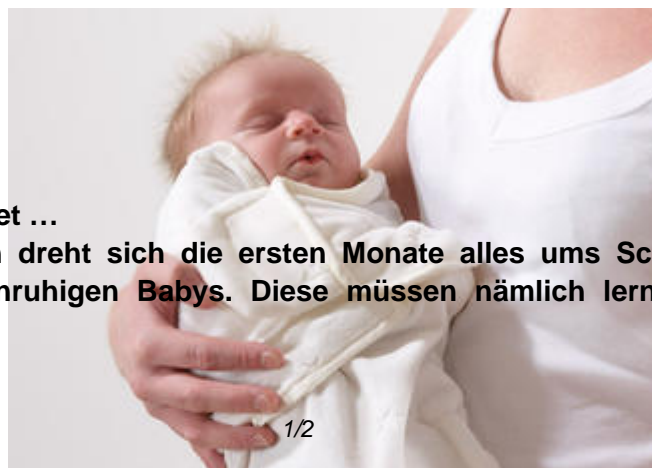
Hilfe – mein Baby schreit!

Vom richtigen Wickeltuch und anderen Tipps, wie man kleine Zwerge beruhigen kann

Es gibt sie häufiger als man denkt – schreiende Säuglinge, die ihre Eltern an den Rand der Verzweiflung treiben. Was kann man tun, wenn weder Bauchweh, Hunger oder eine nasse Windel die Ursachen des Problems sind? Die Wissenschaft geht bei Schreibabys mittlerweile davon aus, dass sie schlicht überfordert sind und mit der bunten Welt, die neu auf sie einströmt, nicht umgehen können. Da hilft nur ein ganz regelmäßiger, ritualisierter Tagesablauf sowie sehr viel Ruhe und körperliche Nähe.

Wie man den Säugling bettet ...

Bei einem Neugeborenen dreht sich die ersten Monate alles ums Schlafen – und das hat gute Gründe, besonders bei unruhigen Babys. Diese müssen nämlich lernen, sich alle ein bis zwei



Stunden selbst zu beruhigen und in den Schlaf zu finden. Eltern können ihrem Nachwuchs dabei helfen – z.B. mit dem immer gleichen Schlaflied und der richtigen Schlafumgebung. „Es ist bekannt, dass Babys, die zu übermäßigem Schreien neigen, am besten in ein Wickeltuch gepackt werden, so dass die Arme am Körper anliegen. Auf diese Weise fühlen sie sich geborgen und beschützt wie in Mamas Bauch und kommen wesentlich schneller zur Ruhe“, erklärt Stephanie Viehhofer, Geschäftsführerin der Alvi GmbH.

Vom Schaukeln und Wiegen

Neun Monate lang liegt das Baby im engen Bauch seiner Mutter und wird von ihr herumgetragen und geschaukelt – deshalb lieben Neugeborene diese Bewegung. Ist ein Baby sehr unruhig und schreit, hilft gleichmäßiges Schaukeln, um es wieder zu beruhigen. Aber man sollte beachten: je aufgebracht es ist, desto intensiver und fester sollte es geschaukelt werden, damit sich die Bewegung auf das Baby übertragen kann. Es gibt Mütter, die mit ihrem wild schreienden Säugling auf dem Arm Trampolin hüpfen bis er sich etwas beruhigt hat, um dann zum sanfteren Wiegen überzugehen. Man kann sich mit dem Baby aber auch in einen Schaukelstuhl setzen oder mit ihm tanzen – der Phantasie sind keine Grenzen gesetzt – und der Zweck heiligt in diesem Fall wirklich die Mittel.

Der beste Selbstschutz – rausgehen!

Ein echtes Schreikind ist anstrengend und nicht nur das Baby braucht Hilfe – auch die Eltern. Man sollte sich deshalb ganz bewusst Pausen gönnen und das Kind immer wieder einmal guten Freunden oder Verwandten abgeben. So kann man selbst regenerieren und Kräfte sammeln für die nächste Schreiattacke. Spürt man Aggressionen in sich aufsteigen, und es ist keine Hilfe in der Nähe, so ist es sicherlich das Beste, kurz den Raum zu verlassen, durchzuatmen und danach wieder besonnen das Baby zu beruhigen.

Profi statt Pillen

Schreit ein Kind immer wieder so sollte auf jeden Fall ein Profi einbezogen werden. Der erste Gang ist sicherlich der zum Kinderarzt, um alle organischen Ursachen für das Schreien wie zum Beispiel das KISS-Syndrom oder auch Allergien abklären zu lassen. Der nächste Weg ist der in eine Schreiambulanz. Hier werden gemeinsam mit den Eltern Methoden entwickelt, wie die Signale des Babys am besten verstanden werden können und es durch Massagen oder spezielle Atemtechniken beruhigt werden kann. Zusätzlich wird auch auf die psychische Situation der Eltern eingegangen, um diese zu entlasten und für den Alltag wieder zu stärken. Schreikinder gab es schon immer und die gute Nachricht für alle Eltern ist, dass es sich lediglich um eine zeitlich begrenzte Lebensphase handelt, die wieder vorübergeht. Aus den meisten Schreibabys werden ganz ‚normale‘, aufgeweckte und problemlose Kleinkinder. Und mit ein paar Tricks kann man die ‚Schreiphase‘ auch einigermaßen gut überstehen.

Bild: Das Wickeltuch ‚Harmonie‘ von Alvi wird von Hebammen empfohlen. Quelle: ALVI - Alfred Viehhofer GmbH & Co.

(c) by 'medicinebook'

URL : <http://medicinebook.de/>

[Das Impressum finden Sie hier](#)