

Nehmen Sie Hilfe in Anspruch

Oft sind es gerade idealistische und aufopferungsvolle Eltern, die vom Alltag mit dem Baby überfordert sind. Es ist keine Schande, um Hilfe zu bitten – ganz im Gegenteil! Lassen Sie sich beraten, wenn Sie Angst haben, dass Ihr Kind zu viel weint oder wenn Sie mit dem Schreien Ihres Babys überfordert sind.

Mögliche Anlaufstellen sind:

- ▶ Ihre Kinderärztin oder Ihr Kinderarzt
- ▶ Baby-Care-Ambulanz der Kinderabteilung des Kaiser-Franz-Josef Spitals (Dr. Katharina Kruppa, www.wienkav.at/pre)
- ▶ „gutbegleitet – Frühe Hilfen Wien“ (Tel: 01/532 15 15 153 oder gutbegleitet@die-moewe.at)
- ▶ Ihre Hebamme oder das Österreichische Hebammengremium (www.hebammen.at)
- ▶ Krankenhäuser mit einer Abteilung für Kinder- und Jugendheilkunde
- ▶ Schreiambulanzen wie z.B. im Wilhelminenspital: Psychosomatische Ambulanz für Säuglinge, Kinder und Jugendliche (www.wienkav.at)

Tipp

Organisieren Sie sich eine kleine Auszeit. Vielleicht können Freunde, Verwandte oder Nachbarn mit dem Kind spazieren gehen. Oder Sie engagieren einen Babysitter, der Ihnen eine Pause verschafft.

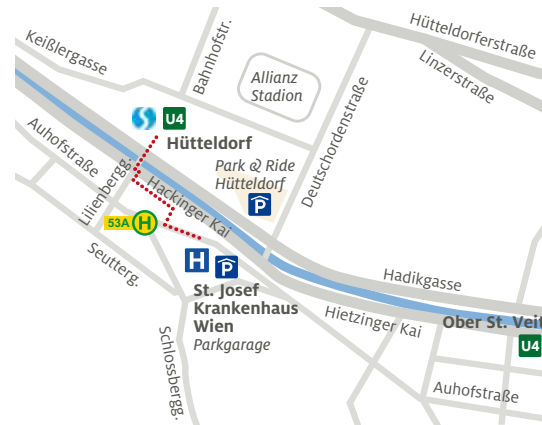
Kontakt

Abteilung für Geburtshilfe und Gynäkologie

T: +43 1 87844-2030

www.sjk-wien.at

So erreichen Sie uns



Mit der U4 bzw. S-Bahn bis Hütteldorf, dann zu Fuß (ca. 5 Minuten). Bei Anreise mit dem PKW benützen Sie bitte unsere kostenpflichtige Tiefgarage.

Das St. Josef Krankenhaus Wien ist ein gemeinnütziges Ordensspital. Alle Krankenkassen und Versicherungen.

St. Josef Krankenhaus GmbH

Auhofstraße 189 · 1130 Wien

T: +43 1 87844-0

office@sjk-wien.at · www.sjk-wien.at



Bitte nicht schütteln!

Wertvolle Tipps im Umgang mit Ihrem Neugeborenen

06 / 2017

Bitte nicht schütteln!

Jedes Baby, auch wenn es gesund ist, schreit. Das ist völlig normal. Schreien ist für ein Neugeborenes die einzige Möglichkeit, um seine Bedürfnisse zum Ausdruck zu bringen. Weint das Baby jedoch, ohne dass Beruhigungsversuche Erfolg zeigen, gelangen Eltern sehr bald an die Grenzen ihrer Belastbarkeit. Aus anfänglicher Hilflosigkeit und Erschöpfung kann sehr bald Wut werden.

Ganz egal wie oft und wie lange Ihr Kind schreit: **Verlieren Sie nicht die Beherrschung und schütteln Sie niemals Ihr Kind!** Mit dem Schütteln riskieren Sie eine bleibende Behinderung, unter Umständen sogar den Tod Ihres Babys.



Wenn Sie Ihr Kind schütteln, riskieren Sie eine bleibende Behinderung oder sogar den Tod Ihres Babys.

Schütteln schädigt Ihr Baby

Aufgrund seiner schwachen Nackenmuskulatur kann ein Baby seinen verhältnismäßig schweren Kopf noch nicht selbst halten. Gleichzeitig ist das Gewebe im Gehirn noch sehr weich und verletzbar. Wenn nun ein Erwachsener ein kleines Kind schüttelt, schleudert das Gehirn im Kopf



Enger körperlicher Kontakt beruhigt Ihr Baby.

immer wieder vor und zurück und stößt dabei an den Schädelknochen an. Dabei können Gefäße reißen und Hirnblutungen auftreten – mit schweren, oft sogar lebensbedrohenden Folgen.

Bei Eintritt des Falles, dass Sie Ihr Kind doch geschüttelt haben, fahren Sie bitte mit ihm sofort in die Notaufnahme oder zu Ihrem Kinderarzt und erklären Sie, was passiert ist. Das kann Ihrem Kind das Leben retten oder ihm schwere Behinderungen ersparen.

Falls Sie die Geduld verlieren

Wenn Sie merken, dass Sie die Geduld verlieren und Wut oder Aggressionen gegen Ihr weinendes Kind entwickeln, legen Sie es sicher in sein Bettchen oder auf eine Decke auf dem Boden und verlassen Sie den Raum.

Atmen Sie vor der Tür tief durch, trinken Sie einen Tee zur Beruhigung oder rufen Sie jemanden an, der Ihnen helfen kann. Auch wenn Ihr Baby weiterschreit, wird es keinen Schaden davon tragen – wenn Sie es schütteln, jedoch sehr wohl.

So beruhigen Sie Ihr Baby

Mit Weinen versucht Ihr Kind meist darauf aufmerksam zu machen, dass ihm etwas fehlt oder dass es etwas braucht. Folgendes kann helfen:

- ▶ Kontrollieren Sie, ob Ihr Kind eine frische Windel braucht.
- ▶ Nehmen Sie Ihr Kind in den Arm und schaukeln sie es, wenn es weint. Babys mögen es meist auch, wenn sie sanft herumgetragen werden.
- ▶ Sprechen Sie mit Ihrem Baby, singen Sie ihm etwas vor oder flüstern Sie ihm etwas ins Ohr.
- ▶ Stillen Sie Ihr Kind regelmäßig oder geben Sie ihm ein Fläschchen, falls Sie es nicht stillen.
- ▶ Massieren Sie sanft Bauch und Rücken Ihres Kindes. Auch ein warmes Bad kann beruhigen.
- ▶ Gehen Sie mit Ihrem Baby viel spazieren. Oft hilft das beiden, Eltern und Kindern.
- ▶ Setzen Sie Ihr Baby mit einer Babyschale ins Auto und fahren Sie eine Runde spazieren.

Tipp

Probieren Sie jedoch nicht zu viele verschiedene Dinge aus, um Ihr Kind nicht mit Reizen zu überfluten. In einer ruhigen Umgebung – ohne Fernseher oder Musik – fühlt sich Ihr Baby meist wohler.