



SÄUGLINGSKOLIKEN

Liebe Eltern,

Ihr Kind ist nach monatelangem Schutz im Mutterbauch der weiten großen Welt ausgesetzt und muss sich nun erst einmal zurechtfinden. Häufig scheint vermeintlich alles getan, was zum Wohlbefinden des Kleinen beitragen sollte: Nahrung hat es gerade erst bekommen, die Windeln sind auch frisch – doch es schreit und schreit. Es lässt sich nicht beruhigen, oft zunehmend in den Abendstunden. Wir machen es uns häufig zu einfach, indem wir uns das als Bauchschmerzen erklären und dagegen helfen möchten. Wahrscheinlich ist das Problem noch sehr viel komplexer. Zusammenfassend kann man es als (normale) Regulationsstörung meist der ersten 3 Monate bezeichnen. Stellen Sie sich einen Jetlag vor, der in diesem Fall seinen Höhepunkt für gewöhnlich mit 6 Wochen und eine deutliche Besserung erst nach 3 Monaten erreicht hat. Das Kind muss erst einmal ankommen. Es weiß ja selber zum Teil noch gar nicht so genau, was sein Problem ist, so dass auch Sie nicht immer den Anspruch an sich erheben müssen, die Ursache herauszufinden. Oft reicht es, wenn Sie Ihrem Kind Nähe und Geborgenheit bieten, am besten in einem abgedunkelten Raum, wo es nicht permanent von neuen Reizen überflutet wird. Also im Grunde das Gegenteil von dem, wozu man als Eltern häufig verleitet ist: ständiges Hin- und Herwippen, neue Reize bieten (Schlüssel, Rassel, etc.), den Ort von A nach B nach C wechseln. Schirmen Sie das Kind lieber eher ab von diesen Reizen und lassen Sie es zur Ruhe kommen. Sprechen Sie sich ggf. mit Ihrem Partner ab und teilen sich Ihre Kräfte ein. Wenn es gar nicht mehr anders geht, lassen Sie das Kind einfach mal kurz im Zimmer schreien, schnaufen Sie 5 min in Ruhe durch – und holen Sie sich Hilfe!

www.kinderpraxis-dogan.de – Infoservice – Links – Nach der Geburt)

Vergessen Sie nicht, auch an sich selbst zu denken. Erinnern Sie sich an das Flugzeug, in dem die Sauerstoffmasken herunterfallen und die Eltern gebeten werden, erst sich selbst zu versorgen und dann erst das Kind. Für Ihr Kind ist es sehr wichtig, dass Sie darauf achten, dass es Ihnen gut geht.

Es gibt einige gängige Medikamente, mit denen man versucht, den vermeintlichen Bauchschmerzen entgegenzuwirken:

1. Simeticon Tropfen (**Sab simplex®**, **Lefax®**): 15 Tropfen zu den Mahlzeiten sollen die Luft im Bauch entweichen lassen. Ob die Schmerzen tatsächlich durch die Luft im Bauch bedingt sind, oder die Luft eher durch das Schreien erst hineinkommt, bleibt fraglich.
2. Kümmelzäpfchen (**Carum carvi®**) werden als natürliches Arzneimittel angepriesen und sollen entblähend und entkrampfend wirken. Wahrscheinlich ist es vor allem die Manipulation am Po, die Effekte zeigt.
3. Probiotika (**Bigaia® Tropfen**) sollen den Aufbau der Darmflora unterstützen und somit gegen Bauchschmerzen wirken.

Viele Eltern geben sehr unterschiedliche Rückmeldungen über die Erfolge der jeweiligen Mittel. Sehr wahrscheinlich werden durch die Gabe der verschiedenen Medikamente die 3 Monate überbrückt, so dass am Ende das Gefühl entsteht, eines davon habe geholfen. Letztendlich brauchen Sie wahrscheinlich nichts davon und es war – wie sooft – die Zeit, die es gerichtet hat.