

Schreien bei Neugeborenen und Säuglingen

Allgemeine Informationen

Mit Schreien können sich Neugeborene bemerkbar machen, es ist ihre einzige Möglichkeit, darauf hinzuweisen, dass sie irritiert sind. Wie oft und wie lange ein Baby schreit, ist von Kind zu Kind verschieden. Bei Erwachsenen ruft ein schreiendes Baby das Gefühl hervor, ihm helfen zu wollen.

Das Schreien hat teilweise einen Grund, den wir erkennen und an dem wir etwas ändern können, wie z.B. Hunger. Mitunter macht den Babys auch die Verdauung zu schaffen. Oft wird von „Koliken“ gesprochen; meistens ist es jedoch so, dass das Baby erst durch sein Schreien viel Luft in den Magen bekommt- Blähungen sind also eher die Folge als der Grund des Schreiens.

Häufig schreien Babys, ohne dass man eine Ursache dafür findet. Manchmal spielt Müdigkeit eine Rolle, denn in den Schlaf zu finden, müssen manche Babys erst lernen. Mitunter hat man auch den Eindruck, den Kindern sei einfach alles zu viel.

Das sogenannte unspezifische Schreien (also ohne direkt ersichtlichen Grund wie Hunger, nasse Windel...) beginnt in den ersten Lebenswochen und oft zu einer bestimmten Tageszeit, gerne in den Abendstunden. Es kann über einige Wochen zunehmen, erreicht oft mit 6 Wochen seinen Höhepunkt mit 1,5 bis 3 Stunden Schreidauer täglich und bessert sich meistens bis zum Alter von 12 Wochen deutlich. Bei frühgeborenen Kindern richten sich diese Angaben nach dem errechneten Geburtstermin.

Ob ein Baby viel oder wenig schreit, ist sehr von der Persönlichkeit dieses kleinen Menschen abhängig. Schreit ein Baby mehr als drei Stunden am Tag, mehr als 3 Tage in der Woche und dies über drei Wochen lang, spricht man von exzessivem Schreien.

Was ist also das Problem beim schreienden Säugling? Wir empfinden den Hilferuf des Kindes und können nicht einfach irgend eine Maßnahme finden, die das Baby zufrieden und ruhig werden lässt. Das verursacht bei den Eltern oft Angst vor ernsthafter Erkrankung, aber auch Verunsicherung, Verzweiflung und Schuldgefühle.

Was können Sie tun?

Vielen Babys hilft, wenn sie von außen Sicherheit vermittelt bekommen, indem sie z.B. ruhig auf den Arm genommen werden, den Körper der Eltern spüren und deren Stimme oder Herzschlag hören. Möglicherweise hilft es, mit dem Kind herumzulaufen oder das Kind im Arm zu wiegen. Manche Kinder benötigen auch ihre Ruhe in ihrem Bettchen, vielleicht das Halten ihres Händchens und nur ein leises Hintergrundgeräusch oder das Fahren im Kinderwagen. Das müssen Sie ausprobieren.

Ein fester Tagesrhythmus mit regelmäßigen Pausen für das Neugeborene (Hinlegen, wenn es erste Müdigkeitszeichen wie Gähnen und Augenreiben zeigt) und ohne stark stimulierende Reize (Lärm, laufender Fernseher...) ist oft eine Hilfe. Es gibt Beobachtungen, dass Kinder, die regelmäßig und über den Tag verteilt herumgetragen werden, auch wenn sie noch nicht schreien, insgesamt weniger schreien. Hier kann ein Tragetuch oder eine Babytragehilfe nützlich sein.

Eine vorsichtige Bauchmassage verschafft manchen Kindern Erleichterung. Man kann dies in Babykursen erlernen z.B. über: www.keb-tuttlingen.de

Weil schreiende Babys die Eltern sehr anstrengen (und das ist keine Schande!), ist es gut, Sie holen sich Hilfe: kann der Partner zu der Schreizeit zu Hause sein? Gibt es eine Oma, die mir zu dieser Zeit das große Geschwisterkind abnimmt? Können Freunde uns unterstützen? Kann die Hebamme ihre Termine zu der typischen Schreizeit machen?

Wenn Ihnen alles zu viel wird, legen Sie Ihr Kind kurz an einem sicheren Ort, z.B. seinem Bettchen, in Rückenlage ab. Gehen Sie in den Nebenraum und atmen Sie durch.

Wer kann Ihnen helfen?

Wenn Sie unsicher sind, ob das Kind körperliche Beschwerden als Grund für sein Schreien hat, machen Sie gerne einen Termin in unserer Praxis, wir untersuchen Ihr Kind und beraten Sie.

Oft hilft es den Eltern, wenn die Hebamme ihnen ein paar Tricks zum Halten und zur Beruhigung zeigt.

Es gibt außerdem eine Schreiberberatung bei der Fachstelle Frühe Hilfen des Landkreises Tuttlingen, zu der Sie Kontakt aufnehmen können: www.fruehehilfen.landkreis-tuttlingen.de (Frau Gratwohl, tel. 07461-9264138/ Fr. Ebe, tel. 07461-9264129).

In schweren Fällen kann auch ein Krankenhausaufenthalt zu Abklärung und Beratung nötig sein, hier arbeiten wir unter anderem mit der Kinderklinik Konstanz zusammen. Das muss jedoch ein Arzt veranlassen.

Was dürfen Sie auf keinen Fall tun?

Verzweifelten Eltern kann es passieren, dass sie ihr Kind schütteln. Weil der Hals zart und der Kopf schwer ist, kann man sein Kind damit schwer, sogar tödlich, verletzen!!! Außerdem dürfen Babys keine Schlaf- oder Beruhigungsmittel bekommen!

Wann müssen Sie zum Arzt?

Natürlich kann ein Baby auch schreien, weil es krank ist und Schmerzen hat. Wenn Ihr Baby ganz anders schreit als sonst, wenn es plötzlich schlecht trinkt, Fieber / schwallartiges Erbrechen / blutigen Stuhlgang hat, empfindlich auf Berührungen reagiert, apathisch wirkt oder plötzlich sehr blass aussieht, müssen Sie sich rasch beim Arzt oder, wenn es dem Kind z.B. am Wochenende akut schlecht geht, beim kinderärztlichen Notdienst melden.

Wenn Sie verunsichert sind, weil Ihr Kind insbesondere in den Abendstunden viel schreit, es aber ansonsten gesund wirkt, gut trinkt und durch Hochnehmen zu beruhigen ist, ist dies kein Notfall - machen Sie in Ruhe einen Termin zur Untersuchung und Beratung aus.

Wie sind verschiedene Therapieangebote zu bewerten?

Weil die meisten Babys in den ersten drei Monaten mehr oder weniger ausgeprägtes Schreien zeigen, gibt es fast unübersehbar viele Therapievorschlüsse. Inzwischen wurden etliche Methoden auch wissenschaftlich untersucht. Kritisch betrachtet, gibt es für keine Therapiemethode einen guten Wirksamkeitsnachweis. Deshalb sollte man auch besonders vorsichtig sein, wenn ein Risiko für Nebenwirkungen besteht, selbst, wenn es klein sein mag.

In Anlehnung an eine unabhängige wissenschaftliche Bewertung (Arznei-Telegramm, März 2017) geben wir folgende Empfehlung zu verbreiteten Therapien:

- eine Änderung der Babynahrung nur, wenn es auch weitere Auffälligkeiten bei der ärztlichen Untersuchung gibt. Besonders der Wechsel auf sojabasierte Flaschnahrung ist nicht zu empfehlen
- Auch eine Diät der stillenden Mutter sollte nur nach ärztlicher Untersuchung des Kindes, zeitlich begrenzt bzw. nach qualifizierter Diätberatung durchgeführt werden, weil sonst schnell ein Nährstoffmangel für Mutter und Kind drohen kann
- Viele Medikamente wurden untersucht und zeigten alle **keine** ausreichenden Effekte: Simeticon (z.B. Sab simplex, Lefax), Protonenpumpenhemmer (zB Omeprazol), Enzyme (Lactase), Probiotika (z.B. Bigaia), Pflanzenextrakte (Achtung!!! können Alkohol enthalten!), Zuckerlösungen, Homöopathika (z.B.

- Bellilin, Carum carvi). Bei manchen Präparaten wurde aber über - teils schwerwiegende - Nebenwirkungen berichtet
- Chiropraktik und Osteopathie zeigten in den Untersuchungen, in denen die Eltern nicht wussten, ob ihre Kinder behandelt worden waren (sog. Doppelblindstudien) keine Effekte. Es gibt aber Berichte über einzelne, schwere Nebenwirkungen bei Manipulation an der Wirbelsäule
 - Akupunktur zeigte ebenfalls keine Effekte

Zusammenfassung

Schreien gehört in einem gewissen Maß zur Anpassung des Babys an sein Leben außerhalb des Mutterleibes dazu.

Das Schreien nimmt in den ersten Lebenswochen zu. Mit 6-12 Wochen wird es wieder deutlich weniger.

Für die Ausprägung des Schreiens sind mehr die Eigenheiten des Kindes, weniger das Erziehungsverhalten der Eltern verantwortlich. Die Eltern können das Kind durch die Gestaltung der Umgebung und des Tagesablaufes unterstützen (aber nicht das Schreien völlig verhindern!).

Es gibt verschiedene Anlaufstellen für Familien mit stark schreienden Kindern. Medikamente nützen nicht.

Babys darf man niemals schütteln!