



LIEBE ELTERN,

mit einem Baby zu leben ist besonders schön, leider aber nicht immer leicht.

Viele Eltern kennen das Gefühl der Erschöpfung, der übergroßen Müdigkeit oder auch der Verzweiflung: Ihr Baby schreit und schreit, es scheint eine Ewigkeit zu dauern. Sie tragen es herum, wechseln seine Windeln, geben ihm zu trinken: Nichts hilft! Das geht an die Nerven und ist manchmal nicht zu ertragen. Sie würden Ihr Baby am liebsten kräftig schütteln, um endlich Ruhe zu haben.

Tun Sie es niemals: dann hört es nämlich erst recht nicht auf und Sie bringen Ihr Kind in Lebensgefahr!

Wenn Ihr Baby schreit, gibt es einen Grund dafür; aber es ist nicht immer leicht, diesen zu finden.

Gesunde Babys schreien wenn sie

- hungrig sind,
- müde sind,
- die Windeln voll haben,
- sich sonst irgendwie unwohl fühlen oder Ihre Stimme hören möchten und Körperkontakt brauchen.

Gesunde Säuglinge schreien normalerweise zwei bis drei Stunden pro Tag; manchmal aber viel länger.



SCHÜTTELN IST GEFÄHRLICH!

Verlieren Sie nie die Beherrschung und schütteln Sie Ihr Baby nicht. Der Kopf kann vom Baby noch nicht allein gehalten werden und schlägt beim Schütteln hin und her. Das Gehirn eines kleinen Kindes ist sehr zart und verletzlich.

Es kann zu schweren Hirnverletzungen kommen. Schon abrupte Bewegungen ohne Halten des Kopfes oder das Hochwerfen eines Babys können gefährlich sein. Diese abrupten Bewegungen und das Schütteln können eine bleibende Behinderung hinterlassen und sogar zum Tode führen.

Vergewissern Sie sich, dass alle Personen, die Ihr Baby hüten, über die Gefährlichkeit des Schüttelns informiert sind.

Was Sie versuchen können:

- Nehmen Sie Ihr Baby hoch und halten Sie es.
- Schaukeln Sie es sanft auf den Armen oder gehen Sie langsam mit ihm herum.
- Sprechen Sie mit Ihrem Baby, singen oder flüstern Sie ihm was ins Ohr.
- Versuchen Sie es mit einem Schnuller.
- Massieren Sie sanft seinen Bauch oder seinen Rücken.
- Bieten Sie ihm zu Trinken an.



TROTZDEM SCHREIT MEIN BABY UNAUFHÖRLICH WEITER ...

Sie haben alles Mögliche versucht und Ihr Baby schreit trotzdem weiter. Sie spüren, dass Sie langsam müde werden und die Geduld verlieren.

Nun gibt es für Sie eine Möglichkeit: Legen Sie Ihr Kind auf den Rücken in sein Bettchen, dunkeln Sie den Raum etwas ab und schließen Sie die Tür hinter sich. Versuchen Sie Abstand zu bekommen und geben Sie sich die Chance ruhig zu werden; manchmal hilft ein Telefonat mit einer Vertrauensperson.

Ihr Baby wird vermutlich in seinem Bettchen weiter schreien, aber für eine kurze Weile schadet ihm dies nicht. Jedenfalls ist es viel weniger schlimm, als wenn Sie die Nerven verlieren und das Baby schütteln.

Tun Sie dies niemals! Es besteht die Gefahr von Schädel- oder Hirnverletzungen!

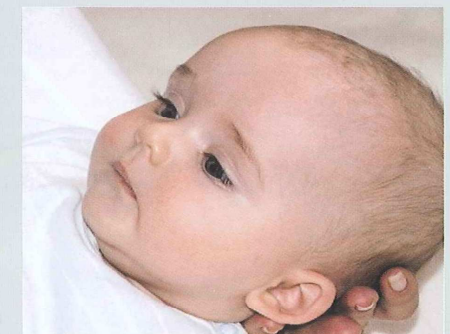


WENN DAS BABY ANDERS SCHREIT ...

Es ist normal, dass Säuglinge schreien, aber es ist wichtig, Veränderungen des Schreiens zu bemerken.

Nehmen Sie Kontakt zu Ihrer Kinderärztin, Ihrem Kinderarzt oder zu einer Hebamme auf, wenn Ihr Baby:

- länger als üblich schreit
- mehr als 2-3 Stunden am Tag schreit
- lauter als gewöhnlich schreit
- einen kranken Eindruck macht
- wenn das Schreien Sie ängstigt





WEITERE HILFE ERHALTEN SIE UNTER ANDEREM

■ in den **Elterncafés des Landkreises Osterholz:**

Hier haben alle Eltern mit ihren Kindern bis zu einem Jahr – ältere Geschwisterkinder sind willkommen – die Möglichkeit, sich auszutauschen und Informationen zu erhalten. Die Teilnahme ist ohne Anmeldung und kostenfrei. Die Elterncafés werden durch eine Sozialpädagogin, Kinderkrankenschwester oder Hebamme betreut.

Das aktuelle Programm kann auf der Landkreisseite: www.landkreis-osterholz.de ->Für Bürger ->Was erledige ich wo? ->Familie und Gleichstellung ->Familie und Kinder ->Familienservicebüro eingesehen werden. **Wir freuen uns auf Sie und Ihr Kind!**

Die Elterncafés des Landkreises Osterholz:

- **Lilienthal** 1.+3. Montag im Monat, Altes Amtsgericht, Kloster Str. 21
- **Osterholz-Scharmbeck**, 1.+3. Mittwoch im Monat, Haus der Kulturen, Beethovenstr. 15
- **Schwanewede**, 1.+3. Donnerstag im Monat, Begegnungsstätte Ostlandstr. 25 (jeweils 10-11.30 Uhr, Info Familienservice Tel. 04791 930 448)
- und beim **Familienservice Osterholz**
Unser Team aus Familienhebammen und Sozialpädagoginnen unterstützt sie bei der Bewältigung des Alltages mit einem Säugling und/oder vermittelt ihnen weitere Hilfen.

SPRECHEN SIE UNS AN

Familienservice Landkreis Osterholz

Bremer Str. 35, 27711 Osterholz-Scharmbeck
(Termine nach Vereinbarung)
Telefon: 04791 930-448, -449, -428
Mail: familienservice@landkreis-osterholz.de

Das Angebot steht allen Landkreisbewohnern kostenfrei zur Verfügung und unterliegt der gesetzlichen Schweigepflicht.

■ in den **Kliniken für Kinder- und Jugendmedizin:**

- **Kinderärztlicher Notdienst**
Prof. Hess Kinderklinik Tel. 0421 340 44 44
Mo, Di, Do, Fr. 19 Uhr -23 Uhr, Mi 15-23 Uhr, Sa, So und Feiertags 8-23 Uhr
- **Bremen-Nord (Blumenthal)** Tel. 0421 6606-1371
- **Bremen-Mitte** Tel. 0421 497-5410
- **Klinikum Links der Weser** Tel. 0421 879-1478
- bei den **Hebammen im Kreiskrankenhaus Osterholz**, Kreiþsaal Tel. 04791 803 313 (24Std.)
- beim **Elterntelefon** Tel. 0800 111 0550 (kostenfreie Tel.-Nr.), Mo-Fr 9-11 Uhr, Di+Do 17-19 Uhr
- beim **Krisentelefon der Münchener Sprechstunde für Schreibabys** Tel. 0800 7100900, (kostenfreie Tel.-Nr.), Mi, Fr, Sa und So 19-22 Uhr
- bei der **Schreibambulanz Bremen**, Tel. 0421 3491236
- bei der **Schreibambulanz Verden**, Tel. 04231 9852315
- bei der **SOS-Erziehungsberatungsstelle** Osterholz Tel. 04791 96 310 oder Lilienthal/Schwanewede Tel. 04298 46877

- beim **Kinder- und Jugendärztlichen Dienst im Gesundheitsamt Osterholz** Tel. 04791 930-128
- beim **Jugendamt im Landkreis Osterholz**
Tel. 04791 930-300, Mo, Mi, Do 8-16 Uhr,
Di 8-18 Uhr, Fr 8-12 Uhr
- in ihrer **Kinder- und Jugendarztpraxis**
- bei ihrer **Nachsorgehebamme**
- oder bei **Freunden und Verwandten**



Landkreis Osterholz,
Familienservice
Osterholzer Str. 23
(Nebenstelle Bremer Str. 35),
27711 Osterholz-Scharmbeck
www.landkreis-osterholz.de

Überarbeitete Fassung mit freundlicher Genehmigung der Behörde für Soziales, Familie, Gesundheit u. Verbraucherschutz / Abtl. Gesundheit, Billstr. 80, 20539 Hamburg und der Hamburgischen Arbeitsgemeinschaft für Gesundheitsförderung e.V. (HAG), Repsoldstr. 4, 20097 Hamburg
Gestaltung: www.reginadesign.de
Fotos: www.sperhake-design.de, privat
Stand: Oktober 2010



MEIN BABY HÖRT NICHT AUF ZU SCHREIEN

Ratgeber für Eltern



www.landkreis-osterholz.de