

Dr. med. Jörg Nase | Beate Nase

Kinder Krankheiten

Das Standardwerk
für Kinder von 0 bis 16 Jahren



G|U

(Tablette, Zahnpasta), besprechen Sie mit Ihrem Kinderarzt und Zahnarzt. Mehr zum Thema Zahnpflege in den ersten Lebensmonaten sowie die Empfehlungen der Deutschen Akademie für Kinder- und Jugendmedizin können Sie ab [> nachlesen](#).

PLÖTZLICHER KINDSTOD

Bei der U2 wird Sie der Kinderarzt auch auf ein Thema ansprechen, das viele Eltern beunruhigt: den plötzlichen Kindstod. Er berät Sie, wie Sie das Risiko für Ihr Kind minimieren. Die Empfehlungen der Ärzte:

- Das Kind sollte immer in Rückenlage schlafen.
- Achten Sie auf eine feste Matratze.
- Verwenden Sie einen Schlafsack statt einer Decke.
- Das Baby sollte in den ersten zwölf Monaten möglichst im elterlichen Schlafzimmer, aber im eigenen Bett schlafen.
- Legen Sie keine Kissen, Kuscheltiere, Tücher und Ähnliches ins Bett.
- Vermeiden Sie Überwärmung: 18 bis 20 °C Raumtemperatur sind tagsüber ideal, zum Schlafen 16 bis 18 °C.
- Ziehen Sie Ihrem Kind im Haus keine Kopfbedeckung an.
- Rauchen Sie nicht.
- Stillen Sie Ihr Baby, wenn möglich.

Was Sie bis zur nächsten Vorsorge beachten sollten

- Nicht immer klappt es mit dem Stillen auf Anhieb. Holen Sie sich Hilfe bei einer Hebamme oder einer Stillberaterin, wenn Sie Probleme mit dem Stillen oder der Ernährung Ihres Babys haben.
- Über die Nabelschnur und den Mutterkuchen (Plazenta) ist das Ungeborene mit der Mutter verbunden. Über die Nabelschnur erhält es alle wichtigen Nährstoffe und Sauerstoff zum Wachsen. Nach der Entbindung ist der Nabel kurzfristig eine »Schwachstelle«, weil sich das Neugeborene über ihn infizieren kann. Rötet sich der Nabel oder sondert er zwei Wochen nach der Entbindung noch Feuchtigkeit oder Blut ab, sollten Sie mit dem Säugling zum Arzt gehen.
- Besonders beim ersten Kind sind Eltern oft unsicher. Das ist normal. Scheuen Sie sich nicht, um Rat zu fragen, und lassen Sie sich helfen.

Die U3

Während die zweite Vorsorgeuntersuchung in den meisten Fällen noch im Krankenhaus durchgeführt wurde, ist die U3 zwischen der vierten und sechsten Lebenswoche für viele Eltern und Kinder der erste Termin bei ihrem zukünftigen Kinderarzt. Möglicherweise wird dieser nochmals die Themen Vitamin-D- und Fluorid-Vorsorge, vererbte Erkrankungen und Maßnahmen zur Verhütung des

plötzlichen Kindstods (siehe [>](#)) ansprechen. Genauso wird er überprüfen, ob bereits die Neugeborenen-Stoffwechseluntersuchung sowie der Hörtest durchgeführt wurden.

Neben der körperlichen Untersuchung, dem Überprüfen von Entwicklung, Hören und Sehen, sind bei der U3 die Gewichtszunahme des Babys sowie Fragen zur Ernährung und Verdauung von besonderer Bedeutung. Nimmt Ihr Kind im Durchschnitt 150 bis 200 Gramm pro Woche zu? Hat es oft Blähungen? Spuckt es oft? Wie ist sein Stuhlgang?

Eine letzte Vitamin-K-Gabe sowie die Aufklärung über das staatlich empfohlene Impfprogramm runden die dritte Vorsorgeuntersuchung ab. Schließlich kann bereits ab dem dritten Monat mit den ersten Impfungen begonnen werden (Impfplan [>](#)). Weil es in Deutschland keine Impfpflicht gibt, liegt es in der Hand der Eltern, ob und in welchem Umfang sie ihr Kind impfen lassen. Informieren Sie sich daher ausführlich, denn Impfen ist der sicherste Schutz vor einigen schwer verlaufenden Infektionskrankheiten (siehe ab [>](#)).

ERSTES KENNENLERNEN

Nie wieder lernt ein Kind in einer so kurzen Zeit so viel, wie in seinem ersten Lebensjahr. Doch dazu braucht es eine sichere Bindung und ein Gegenüber als »Spiegel«. Das Gesicht und die Stimme von Mutter und Vater sind für den Säugling besonders anregend. Ein ausgeruhtes Baby sucht gerne Blickkontakt und möchte mit seinen Eltern ins »Gespräch« kommen. Es schaut ihnen aufmerksam ins Gesicht, während sie mit ihm sprechen, und die Erwachsenen antworten ihm mit einem freudigen Lächeln. Das wiederum löst beim Baby Wohlbefinden aus. Es »antwortet« mit einem zufriedenen Gesicht. Nach einigen Wochen lächelt es dann selbst zurück.

Sonographie der Hüften

Ein wichtiger Bestandteil der U3 ist die Ultraschalluntersuchung (Sonografie) der Hüften. Sie dient dazu, eventuelle Fehlstellungen im Hüftgelenk frühzeitig aufzuspüren: Manchmal ist der Hüftkopf noch nicht gut in der Hüftpfanne eingebettet (Hüftgelenksdysplasie) oder ganz selten sogar aus ihr heraus verlagert (Hüftgelenksluxation). Zeigen sich Auffälligkeiten, können durch vorübergehendes breites Wickeln oder das Tragen einer Spreizhose eine Schädigung der Hüfte und dadurch bedingte spätere Schwierigkeiten und Operationen vermieden werden. Liegt eine Hüftgelenksluxation vor, wird die Hüfte eingerenkt und dann über einen längeren Zeitraum ruhig gestellt.



Mithilfe einer Ultraschalluntersuchung der Hüften können mögliche Fehlstellungen frühzeitig erkannt und entsprechend behandelt werden, damit später keine Probleme auftauchen.

Was Sie bis zur nächsten Vorsorge beachten sollten

- Das Leben mit einem Baby kann anstrengend sein und verändert den gewohnten Lebensrhythmus enorm. Achten Sie daher selbst auf genügend Schlaf und eine ausgewogene gesunde Ernährung.
- Reden Sie mit Ihrem Kind und singen Sie ihm einfache Lieder vor. Erzählen Sie ihm, was Sie tun. Das fördert das Sprachverständnis.

Die U4

Die Überprüfung der körperlichen und motorischen Entwicklung, der altersentsprechenden Reflexe, des Hörens und Sehens sowie der Fähigkeit zur Kontaktaufnahme sind wesentliche Bestandteile der vierten Vorsorgeuntersuchung, die zwischen dem dritten und vierten Lebensmonat ansteht. Das meiste davon kontrolliert der Kinderarzt spielerisch, sodass Sie als Eltern gar nicht viel davon mitbekommen. Allenfalls die sogenannten Reflexuntersuchungen empfinden manche Eltern zunächst als erschreckend. Sorgen sind jedoch unbegründet. Der Arzt untersucht lediglich, wie das Baby auf bestimmte ruckartige Bewegungen, Geräusche und helles Licht reagiert, wie gut es motorisch entwickelt ist und ob sein Hirn Reize altersgerecht verarbeitet. Er

hat die Situation dabei immer unter Kontrolle.

Ein gesunder Säugling hebt in diesem Alter in der Bauchlage sicher den Kopf und stützt sich auf die Unterarme. Er kann Hände und Finger über der Körpermitte zusammenbringen, die Finger in den Mund stecken und beginnt zu greifen. Das Kind verfolgt sich bewegende Objekte mit den Augen und versucht Geräusche zu orten. Es hat jetzt ein stimmhaftes Lachen und Brabbeln, reagiert auf die Stimme der Eltern und nimmt seine Umwelt bewusst wahr. Der Säugling beginnt, bei Hunger oder Schmerzen differenziert zu schreien, er hält längeren Blickkontakt und lächelt häufig, wenn er bekannte oder unbekannte Gesichter sieht. Wie bereits bei der letzten Vorsorgeuntersuchung wird der Kinderarzt Sie nach den Schlaf-, Trink- und Verdauungsgewohnheiten Ihres Babys befragen. Oft gibt er auch schon erste Tipps zur weiteren Ernährung. Schließlich kann ab dem vollendeten vierten Lebensmonat mit der Einführung von Beikost begonnen werden. In der Regel werden die Kinder bei der U4 gemäß dem empfohlenen Impfplan (siehe hintere Buchklappe) das erste Mal geimpft. Wurde das Baby schon zwischen der U3 und U4 geimpft, kann jetzt auch bereits die Auffrischimpfung erfolgen; der Abstand zwischen zwei Impfungen sollte mindestens vier Wochen betragen. Bei Zweifeln am Hörvermögen des Säuglings wird der Arzt zu einem erneuten Hörtest raten, da gutes Hören die Grundvoraussetzung der Sprachentwicklung ist.

Was Sie bis zur nächsten Vorsorge beachten sollten

- Versuchen Sie, einen Tagesrhythmus zu finden, mit dem Sie und Ihr Kind sich gleichermaßen wohlfühlen.
- Ihr Kind wird immer mobiler und damit steigt auch die Gefahr, dass es in einem unbeaufsichtigten Moment von der Wickelkommode oder dem Sofa stürzen kann. Lassen Sie es daher nie allein liegen, auch nicht für kurze Zeit, weil etwa das Telefon klingelt. Wenn Sie sich von ihm weg drehen, gehört immer eine Hand ans Kind. Ist das nicht möglich, nehmen Sie Ihr Kind auf den Arm oder legen es auf einer Unterlage auf den Boden.

Die U5

Wie gewohnt untersucht der Arzt bei der fünften Vorsorgeuntersuchung im sechsten oder siebten Lebensmonat gründlich den Körper Ihres Kindes. Wiegen, Messen, Abtasten - das ist zumindest für Sie als Eltern vermutlich schon Routine. Abermals überprüft er auch den Entwicklungsstand des Babys: Macht es aktiv mit, wenn man es zum Sitzen hochzieht, indem es seine Arme beugt und den Kopf hält? Greift es mit der ganzen Hand zu und kann es Gegenstände von der einen in die andere Hand übergeben oder in den Mund stecken? In diesem Alter verfolgt ein Baby zudem Aktivitäten in seiner nächsten Umgebung und entwickelt vermehrt Laute - für sich allein und auf Ansprache. Es intensiviert die

Kontaktaufnahme durch Anfassen, zeigt Freude am Körperkontakt und an der Kommunikation durch Sprache, Mimik und Gestik. Bei der Untersuchung der Augen wird der Arzt vor allem darauf achten, ob das Baby schielt, denn dann muss es in augenärztliche Behandlung. Bei der erneuten Kontrolle des Hörvermögens schaut er, ob das Kind den Kopf in Richtung einer Geräuschquelle dreht.

Da die Nahrung ihrer Eltern und Geschwister für immer mehr Kinder interessant wird, gibt der Arzt nochmals Tipps zur Einführung der Beikost. Und weil oft auch schon die ersten Zähne sichtbar sind, informiert er über die Zahnpflege (siehe ab >). Nicht zuletzt steht, falls sie noch nicht erfolgt ist, bei der U5 die Auffrischimpfung an.

IHRE MITHILFE IST WICHTIG

Da in diesem Alter für gewöhnlich die Fremdelphase beginnt, fällt es dem Arzt nicht mehr so leicht wie bisher, das Kind zu untersuchen. Umso mehr ist er auf Ihre Beobachtungen und Auskünfte als Eltern angewiesen.

Was Sie bis zur nächsten Vorsorge beachten sollten

- Weil der »Nestschutz« sich allmählich abbaut und das Immunsystem des Kindes jetzt selbst lernt, sich mit Infekten auseinanderzusetzen, wird es häufiger Husten, Schnupfen, manchmal auch Fieber bekommen.
- Wenn die ersten Zähne durchbrechen, kann das Kind unruhig sein. Beißringe oder Veilchenwurzel aus der Apotheke lindern die Beschwerden.
- Ihr Kind will lernen. Bereiten Sie ihm eine altersgerechte Spielumgebung auf dem Boden. Stören Sie es nicht, wenn es zufrieden ist und sich alleine beschäftigt. Auch dabei macht es Erfahrungen.
- Achten Sie auf einen regelmäßigen Tagesablauf und Einschlafrituale.
- Wenn Sie einen Sohn haben, beobachten Sie die Lage der Hoden. Sie sollten am Ende des ersten Lebensjahres im Hodensack sein.

JEDES KIND IST ANDERS

Jedes Kind hat sein ganz eigenes Entwicklungstempo und seine persönlichen Entwicklungsschwerpunkte. Die bei den einzelnen Vorsorgeuntersuchungen aufgeführten Entwicklungsschritte sind daher nur ein grober Anhaltspunkt, aber keine zwingende Vorgabe für Ihr Kind.

Um den individuellen Entwicklungsstand beurteilen zu können, sind viele Dinge zu beachten. Beobachten Sie daher immer die Gesamtentwicklung.

Wie war es bei Ihnen?