

## Service und Hilfen

### Was hilft, wenn Ihr Baby sehr viel weint?

Baby-Schreien wird bei den meisten Menschen als Zeichen von Vitalität angesehen – was es Zweifelsohne ist. Immerhin verbraucht der Stoffwechsel beim Schreien 13% mehr Reserven – das muss ein Säugling erst einmal aufbringen.

Ein schreiendes Baby macht auf sich aufmerksam. Vor allem in Krisen- und Notzeit (Krieg, Hunger etc.) sind es die Schreikinder, die ihr Überleben sichern, während die Ruhigen mit ihren Bedürfnissen eher übersehen werden.

Der Schrei ist nicht dazu geeignet, sich differenziert mitzuteilen. Gefühle von Hunger, Durst, Langeweile oder Überforderung teilt der Säugling über kleine Gesten mit. Bei Erwachsenen löst das Schreien eines Säuglings alle Reaktionen von Stress aus: z. B. Blutdrucksteigerung, schneller Puls, Herzrasen, Schweißausbrüche usw., gegen die man sich auch durch Gewöhnung nicht schützen kann.

Als Eltern versuchen Sie in der Regel, auf kreative und individuelle Art und Weise ihr Kind zu beruhigen. Nachdem Sie dem Hunger und der vollen Windel nachgegangen sind, nehmen Sie es in den Arm und schaukeln, wiegen und klopfen es oder begleiten das Schreien Ihres Babys mit einem warmen, tröstenden Ton, bis sich das Baby beruhigt.

**Säuglingsgeschrei ist ein normales Phänomen der kindlichen Entwicklung.**

Die individuellen Unterschiede sind sehr groß, sie schwanken in den ersten drei Monaten zwischen einer und vier Stunden täglich.

Bei den allermeisten (fünf von sechs) endet das exzessive Schreien mit dem dritten oder vierten Lebensmonat.

Das Schreien eines Säuglings sagt etwas darüber aus, wie sehr ein Baby erregt ist, allerdings nichts darüber, warum es weint.

Für viele Eltern ist es schwer auszuhalten, dass es in den meisten Fällen keinen erkennbaren, gar krankheitsbedingten Grund dafür gibt.

Die Ursachen für untröstliches Weinen sind sehr unterschiedlich und manchmal bedeutet es für die Eltern, Hebammen und Ärzte fast detektivische Arbeit, diese herauszufinden. Allerdings gilt als gesichert, dass vieles, was lange als Erklärung diente, nicht mehr zutrifft.

**Koliken** sind so gut wie nie die Ursache für Babygeschrei. Nur höchstens in einem von zwanzig Fällen hat das Schreien etwas mit dem Verdauungssystem zu tun.

Verschiedene Studien zu diesem Thema bestätigen, dass Eltern eine deutliche Reduzierung beschreiben, obwohl sie ihren Kindern nur ein Placebomedikament gegen Blähungen gegeben haben. Man kann davon ausgehen, dass die Bauchweh-These so hartnäckig festgehalten wird, weil sie allen Beteiligten etwas Konkretes an die Hand gibt. Nicht, dass Schreikinder keine Blähungen hätten, viele Anzeichen wie motorische Unruhe, fester, geblähter Bauch, Abgehen von Winden, Darmgeräusche etc. weisen eindeutig darauf hin. Allerdings ist es sehr

wahrscheinlich, dass das Kind die Blähungen vom Schreien bekommt, weil es Luft schluckt. Und es ist bis heute nicht erwiesen, ob Blähungen bei dem Baby diese Beschwerden verursachen.

### **Temperament des Kindes**

Oftmals wird auch das lebhafte oder gar schwierige Temperament als Ursache für untröstliche Schreikinder herangezogen. Doch läge es tatsächlich am Temperament, dann würden diese Kinder nicht mit drei Monaten aufhören zu weinen. Das Temperament haben sie schließlich auch noch nach der Schreizeit. Unter den exzessiven Schreikindern findet sich nicht öfter ein schwieriges Temperament als unter normal schreienden Säuglingen.

### **Geburtstraumata**

Auch (Geburts-)Traumata werden in jüngster Zeit häufiger als Grund für untröstliches Schreien genannt. Ein Zusammenhang zwischen Trauma und Schreien liegt nahe und wird von Eltern, uns Hebammen und auch Kinderärzten bestätigt. Sollte die Ursache für vermehrtes Schreien bei der Geburt vermutet werden, können wir Sie als betreuende Hebamme an speziell in Osteopathie oder chinesischer Medizin ausgebildete Fachfrauen weiterleiten, die sich in unserer mehrjährigen Zusammenarbeit und durch ihre Erfahrung und ihrem ganzheitlichen Ansatz im Umgang mit Eltern und ihren Neugeborenen als sehr hilfreich erwiesen haben und dem exzessiven Schreien oft ein Ende bereiten können.

### **Überforderung der Mütter/Eltern**

Mangelnde soziale Unterstützung ist vermutlich keine Ursache des Problems, kann aber dazu beitragen, dass es schwieriger wird, es zu beheben. Unter Müttern von Schreikindern finden sich besonders viele, die bereits während der Schwangerschaft durch schwierige Bedingungen belastet waren (allein erziehend, finanzielle Schwierigkeiten, schwere eigene Kindheit, chronische Familien- und Partnerproblem usw.).

Wir Hebammen können das Wissen über solche Zusammenhänge weitergeben und den betroffenen Müttern beistehen und Sie unterstützen, professionelle Hilfe anzunehmen, z. B. bei einer Schwangerenkonfliktberatungsstelle.

### **Säuglingsforscher gehen davon aus, dass Schreien der Ausdruck einer erschwerten Anpassung des Säuglings an seine Umgebung nach der Geburt ist.**

Wenn das Baby geboren ist, muss es sich an sehr viele Veränderungen gewöhnen, die es aus dem Mutterleib nicht kannte. Es gibt plötzlich einen Schlaf-Wach-Rhythmus, mehr oder weniger feste Zeiten des Stillens bzw. der Nahrungsaufnahme, all die Geräusche, Gerüche, Lichter, die es erst einmal zu verarbeiten gilt.

Säuglinge, die vermehrt schreien, versuchen auf ihre Art und Weise, all diese Eindrücke für sich zu verarbeiten und reagieren deshalb sehr sensibel und intensiv auf Veränderungen ihrer Umwelt. Für Sie als Eltern ist es eine große Herausforderung und verunsichert Sie vielleicht im Umgang mit ihrem geliebten Kind. Sehen Sie keine Böswilligkeit in dem Verhalten Ihres Babys. Zu einem Wesenszug dieser Art ist es noch gar nicht in der Lage! Sehen Sie es vielmehr als ein Baby mit besonderen Bedürfnissen. Versuchen Sie, die Signale des weinenden Babys nicht zu ignorieren und kommunizieren Sie mit dem Kind. Ein spielerischer Austausch (z. B. durch Babymassage ist für Sie als Eltern und das Baby von ungeahnter Bedeutung und Wichtigkeit.

**Aus medizinischer Sicht ist exzessives Schreien in der Regel harmlos. Allerdings entgeht dem Kind wertvolle Spiel- und Kommunikationszeit mit der Mutter/den Eltern**

Die unangemessenen Ursachenzuschreibungen (Koliken, Verdauungsprobleme) machen es sehr schwer, eine erfolgreiche Lösungsstrategie zu entwickeln mit der Folge, dass Eltern unspezifische und ständig wechselnde Beruhigungsversuche starten. Das Baby wird getragen, man nimmt es auf den Arm, mal über die Schulter, mal im Fliegergriff, läuft damit umher, wippt auf dem Ball, schaukelt im Schaukelstuhl, stillt oder füttert es und wechselt die Windel. Es ist keine Seltenheit, dass Eltern ihre Beruhigungsversuche in rascher Folge ändern - was die Kinder zusätzlich stimuliert.

**Mehr Aufmerksamkeit erfordert die sekundäre Gefährdung des Kindes durch überforderte Eltern!**

Das anhaltende Schreien des Säuglings führt bei der Mutter/den Eltern unter anderem zu Gefühlen der Ohnmacht, Versagensgefühlen, Überforderung, Erschöpfung, Aggression und auch Wut.

Verzweifelte Eltern berichten, dass sie ihr Kind schon mal „aus dem Fenster schmeißen“ wollten.

Babys, die im ersten Vierteljahr viel geschrien haben, bekommen leicht das Etikett: schwieriges Kind. Dieses Stigma wird das Kind oft nicht so schnell los, was auch die Beziehung zu den Eltern beeinträchtigen kann. Deswegen ist es besonders wichtig, dass Sie sich als Eltern klar machen, dass Ihr Kind nicht zwangsläufig schwierig ist, nur weil es viel und untröstlich schreit.