

# Keine Angst beim Spielen

Wie viel und welches Schütteln schadet, ist individuell sehr unterschiedlich. Eines ist aber sicher: Leichtes Schaukeln beim Spielen oder ein ungeschickter Umgang mit dem Kind führen nicht zu den beschriebenen Verletzungen und Konsequenzen.

## Information und Beratung

- Online-Hilfe unter **bke-elternberatung.de**  
Erziehungs- und Familienberatungsstellen unter **bke.de**
- Nummer gegen Kummer (Elterntelefon):  
**0800 - 111 05 50** (Mo. bis Fr. 9 bis 11 Uhr/Di. + Do. 17 bis 19 Uhr), **nummergegenkummer.de**
- Landesprogramm STÄRKE unter **sozialministerium-bw.de**
- Kinderfrüherkennungsuntersuchungen in Ihrer Kinderarztpraxis
- Praktische Hilfe nach der Geburt unter **wellcome-online.de**
- Familienhebammen und weitere Unterstützung über Ihr Jugendamt
- **schuetteln-ist-lebensgefaehrlich.de**
- Örtlich ansässige Schwangerschaftsberatungsstellen

## Wir beraten Sie gern

Herausgeber

TK-Landesvertretung  
Rheinland-Pfalz

**Christina Crook**

Referentin für Presse-  
Öffentlichkeitsarbeit  
Tel. 061 31 - 91 74 34  
christina.crook@tk.de



Landesärztekammer  
Rheinland-Pfalz



Rheinland-Pfalz



**TK**  
Die  
Techniker

# Babys nicht schütteln!

Schütteln ist  
lebensgefährlich



## Liebe Eltern,

Eltern zu sein ist etwas Wunderbares, aber manchmal auch sehr anstrengend. Viele von uns kennen die Momente, in denen das Baby unaufhörlich schreit und man sich hilflos fühlt. Besonders dann, wenn Menschen übermüdet und verzweifelt sind, neigen sie zu unkontrolliertem Verhalten. Bitte bewahren Sie Ruhe und denken Sie immer daran: Hilfe ist nah.

In dieser Broschüre finden Sie hilfreiche Tipps sowie Ansprechpartner, die Ihnen vertrauensvoll weiterhelfen können, wenn Sie Unterstützung oder einen Rat suchen.

Alexander Schweitzer  
Ministerpräsident von Rheinland-Pfalz

## Mein Baby schreit unaufhörlich

Wenn Ihr Baby schreit, hat es immer einen Grund dafür, auch wenn Sie diesen nicht gleich erkennen.

Gesunde Babys schreien, wenn sie

- hungrig oder müde sind,
- die Windel voll haben,
- Ihre Stimme hören möchten oder
- Körperkontakt brauchen.

Gesunde Säuglinge schreien durchschnittlich zwei bis drei Stunden am Tag – manchmal aber auch viel länger. In Ausnahmefällen auch mit nur kurzen Unterbrechungen den ganzen Tag. Dies kann normal und ohne Krankheitsursache sein.

**Achten Sie auf Veränderungen des Schreiens** Nehmen Sie Kontakt zu Ihrem/r Kinderarzt/-ärztin oder zur Elternberatung auf, wenn Ihr Baby

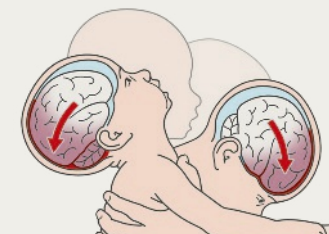
- länger und lauter als üblich schreit,
- einen kranken Eindruck macht oder
- so schreit, dass es Sie ängstigt.

## Sie wissen nicht mehr weiter?

Sie haben alles Mögliche versucht und Ihr Baby schreit trotzdem weiter? Sie spüren, dass Sie langsam müde werden und die Geduld verlieren? Weil Ihr Baby schreit und schreit und schreit und Sie entkräftet und entnervt sind? Dann kommt es jetzt ganz besonders darauf an, die Ruhe zu bewahren.

### Gut zu wissen!

## Schütteln ist gefährlich



Der Kopf des Babys schlägt beim Schütteln ungeschützt hin und her. Das Gehirn ist bei Kleinkindern sehr verletzlich. Schon hastige Bewegungen ohne Halten des Kopfes können gefährlich sein. Durch das Schütteln können Blutgefäße im Gehirn einreißen. Das kann zu bleibenden Schäden des Gehirns führen, zu körperlichen und geistigen Behinderungen, Krampfleiden bis hin zum Tod.

### Was Sie noch tun können

- Schaukeln/wiegen Sie das Baby sanft auf dem Arm.
- Gehen Sie langsam mit ihm herum oder spazieren.
- Sprechen Sie zu dem Baby oder singen Sie leise.
- Streicheln oder massieren Sie sanft den Bauch.
- Lassen Sie sich von Ihrer/n Familie/Freunden helfen.

### Versuchen Sie, auf andere Gedanken zu kommen

Versuchen Sie, etwas Distanz zu bekommen, zum Beispiel indem Sie kurz den Raum verlassen und/oder durch ein Telefongespräch mit einer Vertrauensperson. Rat und Hilfe erhalten Sie auch bei den umseitig aufgeführten Kontaktstellen.