



Schreien im Säuglingsalter

Je nach Alter Ihres Kindes und Zeitdauer kann Schreien unterschiedliche Bedeutungen und Konsequenzen haben:

1. normales frühkindliches Schreien:

Typischerweise findet man dies in den ersten 3 Lebensmonaten mit einer durchschnittlichen Dauer von 1,5 Stunden/Tag.

2. Exzessives Schreien der ersten 3(-4) Monate (Maximum mit ca. 6 Wochen):

Definiert ist exzessives Schreien mit mindestens 3 Stunden pro Tag an mindestens 3 Tagen in der Woche.

Typische Merkmale sind:

- nicht beruhigbares Schreien
- plötzlich einsetzende lange Phasen unerklärlicher Unruhe mit Schreien und Quengeln, dabei angezogene Beine, angespannte Extremitäten, geblähter Bauch, hochrotes Gesicht, schrilles Schreien, Irritabilität, häufiges Überstrecken
- Drang in aufrechte Körperposition und Protest beim Liegen, Bedürfnis, herumgetragen zu werden
- Kurzfristige Besserung durch Ablenkung möglich, „Reizhunger“
- das Kind kann sich selbst nicht beruhigen
- der Schreigipfel liegt meist in den Abendstunden
- es mangelt an ruhig-aufmerksamen Wachphasen

Im Allgemeinen sind bei normalem und exzessivem Schreien keine Spätfolgen für das Kind zu erwarten. Was Sie als sinnvolle Maßnahmen tun können oder wo Sie Hilfe finden, finden Sie weiter unten im Text.

3. Fortbestehendes Schreien nach dem ersten Vierteljahr:

Das Risiko einer Entwicklungsstörung besteht, es ist daher weitere Diagnostik erforderlich.

Typische Merkmale sind:

- Fortdauer über den 4. Lebensmonat hinaus extremes und hochfrequentes Schreien
- fehlende (ggf. auch nur kurzfristige) Beruhigung durch Ablenken oder Hochnehmen
- tageszeitlich unabhängiges und nächtliches Schreien
- Regelmäßiges Würgen und Erbrechen (nicht: Spucken)
- Stuhlgangsunregelmäßigkeiten (z.B. Blut im Stuhl)
- Gedeihstörung
- Ggf. Kopfgelenksblockaden, Haltungsasymmetrien

Sollten Sie ein fortbestehendes Schreien bei Ihrem Kind vermuten oder sich sorgen, nehmen Sie bitte Kontakt mit unserer Praxis auf.

Sinnvolle Maßnahmen bei Schreien im Säuglingsalter:

- Nutzen Sie die Wachphasen ohne Weinen für eine entspannte Beschäftigung mit Ihrem Kind. Bitte beachten Sie Ermüdungs- oder Überforderungssignale: z.B. nachlassende Aktivität, das Kind wird stiller, es reibt sich die Augen, bekommt einen „glasigen“ Blick, reagiert weinerlich, gähnt, schmust (je nach Alter) mit seinem Lieblingskuscheltier und verlangt nach Schnuller, Brust oder Fläschchen.
- Überbrücken Sie die „Schreistunden“ durch Spazierengehen oder -fahren, z.B. mit dem Kind im Tragetuch oder an der Schulter (eine aufrechte Position mit leichtem Druck auf den Bauch kann günstig sein), im „Fliegergriff“ auf dem Arm oder im Kinderwagen.
- Schaffen Sie gemeinsame „Ruheinseln“ am Tag.
- Versuchen Sie auf einen geregelten Schlaf-Wach-Rhythmus hinzuarbeiten, auf den Ihr Kind sich einstellen kann. Vorhersehbare Rituale helfen Ihrem Kind, sich sicher zu fühlen.
- Organisieren Sie sich Auszeiten für sich, lassen Sie sich von Familie oder Freunden helfen.
- Legen Sie Ihr Kind an einem sicheren Ort ab, wenn Sie große Anspannung, Wut oder Erschöpfung fühlen. Kommen Sie selbst kurz zur Ruhe, bevor Sie sich nach kurzem wieder dem Kind zuwenden. Schütteln Sie Ihr Kind niemals!! Dies kann u.a. zu schweren Hirnblutungen, zu bleibender Behinderung und sogar zum Tod führen.
- Vermeiden Sie intensive oder ständig wechselnde Stimulation (d.h. kein Medienkonsum, allenfalls beruhigende, leise Musik). Versuchen Sie, sich selbst zu beruhigen, denn Ihr Kind spürt Ihre Unruhe sehr genau. Langsames Schaukeln und beruhigendes Zureden kann helfen.
- Vermeiden Sie Übermüdung und achten Sie auf o.g. Müdigkeitszeichen, denn Kinder finden dann noch schwerer in den Schlaf.

Sprechen Sie auch mit anderen Eltern im Freundeskreis, mit Ihrer Familie oder anderen Menschen, die selbst auch vom Schreien Ihrer Säuglinge getroffen sind/waren.

Nützliche Informationen finden Sie zudem hier:

<https://www.elternsein.info/schreien/hilfe-bei-schreibabys/>

Elterntelefon der „Nummer gegen Kummer“: 0800 – 111 0 550

Bitte kontaktieren Sie auch Ihre Hebamme oder unsere Praxis, wenn Sie Fragen oder Sorgen haben. Wir helfen Ihnen gern weiter!

Alles erdenklich Gute wünscht Ihr Team der Kinder- und Jugendarztpraxis Lobstein!

