

Schreibabys

Viele Babys haben ihre tägliche Schreistunde, wo sie nur mit Mühe beruhigt werden können. Als Schreibaby bezeichnet man Kinder, die häufig und besonders lange schreien. Tagsüber sind die Schlafphasen kurz. Gegen Abend kommt es dann durch Übermüdung und Überreizung zum Schreien. Typischerweise läuft dabei das Gesicht des Säuglings im Gesicht rot an, der Rumpf wird nach hinten überstreckt und Arme und Beine mit erhöhter Muskelspannung angewinkelt. Beruhigungsversuche durch Tragen, Schaukeln, Schnuller, Stillen, Abdunkeln des Zimmers beruhigen zeigen keine Hilfe.

Das Neugeborene muss sich nach seiner Geburt erst an die Welt ausserhalb des Mutterleibes anpassen. Das ist eine enorme Leistung betreffend Atmung, Nahrungsaufnahme, Verdauung, Regulation der Körpertemperatur, Tag- und Nachtrhythmus, Umgang mit Reizen. Diese Umstellung läuft nicht immer ohne Anlaufschwierigkeiten ab.

Ein gesundes Kind macht Kontakt zu seinen Bezugspersonen, sei es über die Augen, Jammern, Schreien und über seine Körpersprache (Gestik). Als angeborenes Alarmsignal löst Schreien ein Fürsorgeverhalten mit Beruhigungshilfen bei der Mutter aus. Zwar ist nach ungefähr sechs Wochen diese Phase auch ohne Behandlung vorbei. Die Eltern können aber schnell an ihre Grenzen kommen, verbunden mit Frustration, Verunsicherung, Schlafdefizit, chronischer Erschöpfung, Übererregbarkeit, depressiver Stimmungslage.

Ab dem dritten Monat differenziert sich das Schreien zum zielgerichteten Quengeln und Schreien. Das Baby kann jetzt Gefühle wie Ärger, Angst, Furcht, Traurigkeit, Verlassenheit ausdrücken. Es treten über den dritten Lebensmonat hinaus auch Regulationsprobleme in anderen Bereichen auf. So leidet das Kind zum Beispiel unter Verdauungsbeschwerden mit schmerzhaften Bauchschmerzen/Koliken, Reflux, Nahrungsunverträglichkeiten, Unruhe, Einschlafprobleme, Schreckhaftigkeit, gesteigerte Erregbarkeit, Zittern, vermehrtes Schwitzen, Marmorierung der Haut, Ängstlichkeit, Trennungsängsten. Man spricht auch von kindlichen Regulationsstörungen.

Was die genaue Ursache für exzessives Schreien in Frage kommen ist nicht einfach zu sagen. So können belastende Erfahrungen während der Schwangerschaft, eine schwierige Geburt, Trennung zwischen Mutter und Baby (z.B. Brutkasten), Medikamente (Arzneiroutine in der Schwangerschaft, PDA, Narkose, Impfungen) in Frage kommen.

Die emotionale Beziehung zwischen Baby und seinen Eltern ist neben Bedürfnisbefriedigung wie Nahrung, Schutz vor Kälte, Hygiene enorm wichtig für die Entwicklung eines Kindes. Instinktiv wird Schutz und Zuwendung gesucht. Es geht vor allem um die Bindungsfähigkeit, Geborgenheit und Sicherheit.

Symptome

- Abnormes und exzessives Schreien bei Säuglingen, «Schreikinder» wird definiert als: **Anhaltendes und andauerndes Schreien und Quengeln mindestens drei Stunden täglich, an mindestens drei Tagen der Woche, mehr als drei Wochen lang.**

Normale Beruhigungshilfen wirken nicht, das Kind wird vor lauter Schreien im Arm der Eltern steif.

- Probleme der Nahrungsaufnahme ohne erkennbare organische Ursache. Sie entstehen oft, wenn eine alterstypische regulatorische Anpassung noch nicht bewältigt werden kann.
 - Probleme mit Saugen, Löffelfütterung.
 - Die Anpassung an neue Nahrung (Geschmacksrichtungen, Konsistenz der Nahrung) macht Mühe, das Baby reagiert erregt, ist stark ablenkbar, würgt, spuckt.
- Verdauungsstörungen (viel Luft, Erbrechen, Reflux, Darmkoliken, Stuhlprobleme, Kuhmilcheiweissunverträglichkeit).
- Gedeihstörungen.
- Schlafstörungen, Tag-, Nachtrhythmusstörungen.
- Hyperreaktivität, leicht ablenkbar oder Teilnahmslosigkeit.
- Angst vor Stimulation im Mundbereich (nach Sondenernährung, Intubation (Narkose)).
- Erstickungsanfälle (Mundmotorik und Sensorik; nach Zwangsernährung).
- Bindungsstörungen

Ursachen

Traumatische Erlebnisse in der Schwangerschaft (Schock; Unfall; Trauer; drohende Frühgeburt; pränatale Untersuchungen; Wendeversuche; Nabelschnur um den Hals gewickelt).

- **Traumatische Geburt** wie Kristellern (Druck auf den Bauch in der Austreibungsphase), Vakuüm; Zange (mit Kephalthämatom, ein grosser Bluterguss am kindlichen Kopf); Kaiserschnitt; Wehenmittel (besser wären homöopathischen Arzneien zu geben), usw.
- **Trennung** (z.B. Inkubator).
- **Medikamente** (Arzneiroutine in der Schwangerschaft, Wehenhemmer; PDA-, Narkose; Antibiotika, Impfungen, Rauchen, Drogen). Die Säuglinge haben eine unreife Regulation, sie reagieren auf kleinste Reize über Verdauungsprobleme (Verstopfung, Blähungen). Kaiserschnitt, EPI, PDA vermindern zudem die Freisetzung von Oxytocin (Hormon und Neurotransmitter). Oxytocin wird bei einer normalen Geburt während Wehen, wenn das Kind auf den Muttermund drückt freigesetzt, und nach der Geburt durch die Stimulation von Sinnesnerven in der Haut durch Berührung, Hautkontakt zwischen Mutter und Kind vermehrt freigesetzt. Die Bindung wird durch Oxytocin gefördert und die Milchproduktion bei der Mutter gefördert. Beim Kind wird die Magen-Darmaktivität angeregt, ausserdem bewirkt das Hormon, dass das Kind besser mit Stress umgehen kann.
- **Schwangerschafts-Diagnostik** wie Ultraschall, Fruchtwasserpunktion, Chorionzottenbiopsie bedeuten oft Stress für Mutter und Kind.
- **Reflux**
- **Ein- und Durchschlafstörungen.** Die häufigste Ursache bei gesunden Säuglingen und Kleinkindern liegt in der Beibehaltung aufwendiger Einschlafhilfen. Die übrigen Schlafstörungen treten in Zusammenhang mit unbekanntem Situationen auf (akute Erkrankung, Schlafen in fremder Umgebung, Trennungssituation, Umzug)
- **Nahrungsmittelunverträglichkeiten** (diese können auch über die Muttermilch hervorgerufen werden, z.B. durch blähende Speisen, Kuhmilch), bis hin zu Allergien, welche wiederum atopische Ekzeme (z.B. Milchschorf; Neurodermitis) hervorrufen.
- **Schiefhals, Blockaden**, z.B. Kiss-Syndrom (Kiss = Kopfgelenk induzierte Symmetriestörung; Tonus-Asymmetriesyndrom; Schiefhals) mit Schreien, Schädeldeformationen, Entwicklungsstörungen.

- **Unerkannte Knochenbrüche (bei Geburt; Kindsmisshandlung).**
- **Hyperexzitabilität** (Übererregbarkeit des zentralen Nervensystems) mit auffälliger Schreckhaftigkeit, gesteigerter Erregbarkeit, Trinkschwäche, schrillum Schreien (Cri encéphalique), Zittern, Kinnkloni (Klonus = unfreiwilliges Kontrahieren und Entspannen von Muskeln im schnellen Wechsel), vermehrtem Schwitzen, Kälte, Marmorierung oder Zyanose (Blaufärbung) der Extremitäten (Arme und Beine).
- **Schuldgefühle, Überforderung** der Mutter/ der Eltern.
- **Die Bedürfnisse nach Nähe, Kontakt, Nahrung oder Pflege werden nicht gestillt.**
- **Abwesender Vater** (die Mutter wurde verlassen, alleingelassen).
- **Streitende Eltern, Existenzsorgen, Alkoholismus, Drogensucht, Rauchen.**

Behandlung klassische Homöopathie

Ob ein Baby Hunger, Schmerzen hat, Zuwendung oder Aufmerksamkeit haben möchte, über die Gestik (Körpersprache) und über den Augenkontakt kann es sich bereits in den ersten Lebenswochen sehr gut mitteilen. Ein Säugling der momentan von Reizen überfordert ist, wendet zum Beispiel seinen Kopf ab. Da beginnen aber manchmal die „Kommunikationsprobleme“. Die Eltern können diese Geste als Ablehnung, Desinteresse fehlinterpretieren. Sie versuchen den Blickkontakt wiederherstellen oder das Spiel mit dem Kind zu intensivieren. Damit überfordern sie das Kind zusätzlich. Die Folgen sind Anspannung von Seiten des Kindes und Überforderung der Eltern durch das Schreien. Mit etwas Übung lässt sich der Dialog verbessern, schliesslich müssen sich Kind und Eltern erst kennenlernen. Anders ist es, wenn Krankheiten, Paarkonflikte, Existenzsorgen, Ängste, Isolation usw. eine Rolle spielen. Hier sollten die Krankheitsunterhaltenden Begleitumstände gelöst oder behandelt werden.

Bei der homöopathischen Behandlung schaue ich zuallererst, was denn momentan das grösste Problem ist, was denn behandelt werden soll (muss). Wichtig ist auch, was bis jetzt abgeklärt wurde und was bereits unternommen wurde, und was sich dadurch verbessert hat.

Eventuell benötigt die Mutter ebenfalls eine homöopathische Behandlung. Mutter und Kind sind oft emotional so miteinander verbunden, dass manchmal allein über die Behandlung der Mutter, quasi über die Muttermilch eine Verbesserung beim Baby eintritt. So kann allein ein Milchmangel Ängste, Selbstzweifel auslösen und eine Menge Stress erzeugen, was denn beim Kind wiederum Stress auslöst, weil die Milch zu versagen droht. Oder die Mutter ärgert sich durch einen Streit, stillt ihr Kind, und dieses reagiert durch Bauchschmerzen und Koliken.

Die klassische Homöopathie kann Schreibabys deshalb helfen sich selbst zu regulieren um besser mit sich und der Umgebung zu Recht zu kommen, indem die Ursache, die individuellen Symptome, die Vorgeschichte (Schwangerschaft, Geburt, Medikamente, Begleitumstände, Familiengeschichte) für die Wahl eines Arzneimittels berücksichtigt werden. Ängste, die mit vorzeitigen Wehen bei der Mutter vorhanden waren stehen bei der Arzneimittelwahl genauso im Zentrum, wie die Folgen von Vitaminen, Narkose, Antibiotika, Impfung. Die gut gemeinten arzneilichen Gaben von Eisen, Magnesium zum Beispiel, können auch Risiken für Anpassungsstörungen sein.

- Magnesium hat wie jeder arzneiliche Stoff Wirkung und Nebenwirkung. In der Homöopathie sehen wir in der Arzneimittelbeschreibung des homöopathischen Arzneimittel Magnesium unter anderem auch Blähungskoliken, Reflux, Verweigern der Brust, Schreien nachts, nächtliches Erwachen, Muskelschwäche, Gereiztheit, usw. Magnesiumgaben können eine Geburt auch verzögern. Spätestens in 37. Woche muss

man Magnesium deshalb absetzen. Über die Ernährung kann Magnesium ebenso gut zugeführt werden (Vollkornbrot, Haferflocken, Sonnenblumenkerne, frische Kohlrabi, frischer Blattspinat, usw.).

- Auch eine unkontrollierte Calciumzufuhr kann mehr Schaden als Nutzen bringen. Calcium verschlechtert die Aufnahme von Eisen, Zink und Magnesium und kann eine Unterversorgung mit diesen wichtigen Nährstoffen zur Folge haben.
- Die forcierte Eisengabe ist ebenfalls kritisch zu betrachten. Eisen wird in der Schwangerschaft um 20 % besser über die Nahrung aufgenommen als vor der Schwangerschaft. Ab der 20. Schwangerschaftswoche beeinträchtigt Eisen die Kupfer- und Zinkaufnahme, steigert den Blutdruck. Da das Blutvolumen in der Schwangerschaft steigt, ist die Verdünnung des Hb-Wertes von der Natur so vorgesehen. Frauen mit Eiseneinnahme (ohne wirkliche Blutarmut), bluten z.B. stärker! Die milde Anämie im Wochenbett ist sogar ein Infektionsschutz. Wenn keine Atemnot bei Treppensteigen, Anstrengung, keine Kopfschmerzen bei Anstrengung, keine Blässe, Müdigkeit, Lufthunger, Schwäche bestehen, dann ist das kein Eisenmangel. Es lohnt sich auf das Allgemeinbefinden zu schauen, und nicht auf die Laborwerte. Allerdings kann es sich lohnen, vor der Schwangerschaft den Ferritinwert bestimmen zu lassen, da Ferritin später in der Schwangerschaft verbraucht wird. Wenn der Wert stimmt, braucht die Schwangere kein Eisen. Anders ist es, wenn die Frau bereits geboren hat, lange gestillt hat, da ist im ersten Trimenon (erste drei Monate) oft ein Bedarf an Eisen vorhanden. Wenn ein Mangel vorhanden ist, dann kann man ab der 14. Woche für 8 Wochen eine Substitution (z.B. Floradix Kräuterblutsaft) machen. Oder man macht eine homöopathische Begleitung. Dann stoppt man aber wieder mit der künstlichen Zufuhr von Eisen.

Homöopathie unterstützt die Selbstheilungskräfte auf sanfte Weise. **Homöopathie ist bei Kindern deshalb so erfolgreich, weil sie sehr schnell und sehr gut auf homöopathische Arzneimittel ansprechen.**

Tipps

Andauernde Hochspannung führt dazu, dass das Kind das Gefühl von Sicherheit verliert. Stresssituationen erschweren das Lernen indem Informationen schwieriger verarbeitet werden können.

- Finden Sie heraus, was genau Ihr Baby in Stress versetzt. Weint es bei Trubel und lauten Geräuschen? Dann sorgen Sie für eine ruhige Atmosphäre (kein Fernseher!). Braucht es **Körperkontakt**? Babys fühlen sich in ihrem Bettchen manchmal wie verloren. Pucken kann ihm helfen sich zu beruhigen (eine Wickeltechnik, bei der der Säugling eng in ein Tuch eingewickelt wird). Der **Blickkontakt** ist in den ersten Minuten und Stunden nach der Geburt für die Bindung zwischen der Mutter und dem Neugeborenen sehr wichtig. Das Kind nimmt beim Stillen Augenkontakt auf, durch das Stillen mit dem Kolostrum (Erstmilch) nimmt das Kind auch Vitamin K auf. Die erste Milch ist die Vitamin-K-reichste Milch aller nachfolgenden Muttermilch. Vitamin K schützt das Kind vor Geburtsverletzungen (Blutungen).
- Vermeiden von überstimulierenden Beruhigungsstrategien.
- Ein **geregelter Tagesablauf** mit bestimmten Ritualen machen (Spaziergang, Mittagsschlaf, Einleiten des Abendschlafes mit selben Ritualen. Feste Mahlzeiten mit Nahrungskarenz zwischen den Mahlzeiten.
- **Schaukelndes Tragen** beruhigt, z.B. im Tragetuch, Ausfahren im Kinderwagen oder im Auto.

- Ein **warmes Bad** zur Krisenzeit (z.B. abends) kann zur Entspannung beitragen.
- Eine beruhigende Musik, Vogelgezwitscher, der Klang der Abwaschmaschine, usw. können ihrem Baby vielleicht auch helfen.
- Trinken Sie möglichst keinen Kaffee, wenn sie stillen.
- Halten Sie ihre Wohnung rauchfrei.
- Bei grosser Anspannung, Erschöpfung oder aufsteigender Wut empfiehlt sich ein Ablegen des Kindes an sicherem Ort, damit man selber zur Ruhe kommen kann. Wenn Sie nicht alleine sind, bitten Sie eine andere Person darum, sich kurz um Ihr Baby zu kümmern. Oder nehmen Sie fachkundige Hilfe in Anspruch, zum Beispiel die Mütterberatung in Ihrer Nähe. **Auch wenn die Nerven blank liegen, dürfen Sie niemals Ihr Kind schütteln. Der Kopf ist sehr empfindlich. Es kann zu lebensgefährlichen Blutungen im Gehirn kommen.**
- Entlastung der Mutter (z.B. durch Haushaltshilfe, verstärktes Einbeziehen des Partners).
- Wichtig ist, dass Kinder ganz früh eine konstante Bezugsperson haben die verfügbar, feinfühlig und verlässlich ist. Das kann auch eine Grossmutter, der Vater sein. Aber die Betreuungspersonen dürfen nicht ständig wechseln.
- Bauchlage ist wichtig für die motorische Entwicklung, das Kind kann den Kopf schon als Neugeborenes drehen.

Tipps aus der Naturheilkunde

- Kräutertee aus Fenchel, Kamille, Eisenkraut, und Zitronenmelisse (zu gleichen Teilen).
- Baby-Massage; Fussreflexzonenmassage.
- Cranio-Sakral Therapie
- Osteopathie

Behandlung Schulmedizin

Mit den gängigen Vorsorgeuntersuchungen beim Säugling und Kleinkind werden ernsthafte Erkrankungen frühzeitig erkannt und die altersentsprechende Entwicklung kontrolliert (z.B. zwischen der 4. und 6. Woche und dem 3. und 4. Lebensmonat).

Eine erfolgreiche Therapie bei Schreibabys hängt von der richtigen Diagnose ab. Erst wenn die Ursache der Schreiattacken erkannt ist, kann eine Therapie erfolgreich sein. So können auch akute Krankheiten wie Infektionen der Atemwege, Mittelohrentzündung, Blähungen, Harninfekte, Verstopfung auftreten, die die entsprechend behandelt werden müssen.

- Die Verhaltensbeobachtung kann Aufschluss über nicht sinnvolle Beruhigungshilfen oder eine Störung in der Mutter-Kind-Beziehung geben.
- Entlastung der Eltern und die Unterstützung, Aufklärung über Verhaltensmassnahmen. Familienbegleitende Dienste (Familienhilfe).
- Psychotherapie, wenn deutliche Belastungen und Störungen der Eltern-Kind-Beziehungen feststellbar sind oder eine postnatale Depression vorliegt.
- Manchmal ist auch eine Ernährungsumstellung notwendig.

Achtung: Wenn Ihr Kind schrill und stundenlang schreit, ohne sich beruhigen zu lassen, oder wenn es Verhaltensauffälligkeiten zeigt, die Ihnen eigenartig vorkommen, sollten Sie immer einen Arzt aufsuchen.