

WAS KANN ICH TUN? (DIE 5 R)

- **Ruhe bewahren und Ruhe ausstrahlen:**
Machen Sie alles ruhig und langsam.
Wenden Sie nur eine Beruhigungsstrategie an.
- **Reize reduzieren:**
keine überflüssigen Besuche, kein Fernsehen,
keine lärmenden Spielgeräte oder laute Musik,
das Baby nicht „herumreichen“
- **Rituale:**
Ihr Baby möchte Sicherheit durch immer
gleiche Abläufe, z.B. beim Einschlafen.
- **Regeln im Tagesablauf:**
Ihr Baby gewinnt Sicherheit, wenn der
Tagesablauf immer gleich strukturiert ist.
- **Ressourcen schaffen:**
Lassen Sie sich von Anderen entlasten, um sich
zu regenerieren.

WIR SIND GERNE PERSÖNLICH FÜR SIE DA

ELTERNRATGEBER SCHREIBABY



ELISABETH NAGEL FACHÄRZTIN FÜR KINDER- UND JUGENDMEDIZIN PÄDIATRISCHE ALLERGOLOGIE

MVZ Marienberg
Burghaldenstraße 6
72501 Gammertingen
Tel. 07124 /923-9002
www.marienberg.de/kinderheilkunde

PRAXIS FÜR KINDERHEILKUNDE MVZ MARIENBERG



WICHTIG ZU WISSEN:

- Die allermeisten Schreibabys sind völlig gesund.
- Bei stillenden Müttern ist eine Ernährungsumstellung meist nicht hilfreich und daher nicht notwendig.
- Gestillte Kinder und Flaschenkinder sind gleich häufig betroffen, d.h. auch hier ist eine Umstellung auf andere Nahrung meist nicht nötig.
- Säuglinge aus Haushalten, in denen geraucht wird, sind häufiger betroffen.
- Niemand ist „schuld“ am Schreien des Kindes.
- Ganz selten nur finden sich organische Ursachen für das exzessive Schreien.



IST MEIN KIND EIN SCHREIBABY?

Quengeln, Weinen, Schreien, vermehrt in den Abendstunden, sind normale Entwicklungsphänomene und Ausdruck für die enormen Anpassungsprozesse in den ersten Monaten nach der Geburt.

Von einem Schreibaby spricht man, wenn es

- mehr als 3 Stunden pro Tag
- seit mehr als 3 Wochen
- mehr als 3 Tage pro Woche schreit.

Dies ist sehr belastend, gilt aber als normale Entwicklungsvariante. Bei der Mehrzahl der Kinder verschwindet das exzessive Schreien nach dem 3. Monat.



WANN MUSS ICH ZUR ÄRZTIN?

- wenn das Baby nicht mehr an Gewicht zunimmt
- wenn es krank wirkt oder Schmerzen hat
- wenn der Stuhlgang auffällig (z.B. blutig) ist
- wenn Sie sich überfordert fühlen oder erschöpft sind
- wenn Sie das Schreien so wütend oder verzweifelt macht, dass Sie Sorge haben, sich nicht mehr kontrollieren zu können