

Dr. med. univ. MARTIN RUPITZ
Facharzt für Kinder- und Jugendheilkunde

9330 ALTHOFEN, KREUZSTRASSE 38, Tel.: 04262 / 27185, Fax DW –15
ORDINATION: Mo-Fr 8.00 – 12.00 Uhr, Mo+Do 14.00 – 16.00 Uhr
E-Mail: rupitz@aon.at - www.doc4kids.at, Terminvereinbarung erbeten

Vorsorgemaßnahmen gegen den plötzlichen Säuglingstod

Lassen Sie Ihr Baby nicht allein!

Stress durch Alleinsein, Unruhe und seelische Belastungen in der Familie sind Risikofaktoren. Ihr Baby benötigt die Gleichmäßigkeit Ihrer liebevollen Zuwendung und Ihre spürbare Nähe. Ihr Baby sollte im elterlichen Schlafzimmer, aber in einem eigenen Bettchen schlafen.

Legen Sie Ihr Baby während des Schlafs auf den Rücken!

Die Bauchlage im Schlaf hat sich als Risiko für den plötzlichen Säuglingstod (SIDS) erwiesen. Bevorzugen Sie daher für Ihr Baby zum Schlafen die Rückenlage. Die Seitenlage gilt als weniger effektiv als die Rückenlage, da sie weniger stabil ist und sich einige Kinder möglicherweise in die Bauchlage rollen können.

Verwenden Sie eine feste Matratze für das Bett Ihres Kindes!

Babys sollten nicht auf weichen Unterlagen oder mit Kopfpolster schlafen.

Rauchen Sie nicht in der Schwangerschaft und sorgen Sie für eine rauchfreie Umgebung Ihres Kindes!

Rauchen in der Schwangerschaft beeinträchtigt die Entwicklung Ihres Babys. Rauchen in der Umgebung des Kindes begünstigt gefährliche Atemwegsinfektionen und stellt ein Risiko für den plötzlichen Säuglingstod dar.

Vermeiden Sie eine Überwärmung Ihres Kindes!

Nach dem ersten Lebensmonat benötigt Ihr Kind in der Wohnung nicht mehr Bekleidung als Sie selbst. Zum Schlafen genügen eine Windel, ein Schlafanzug und eine dünne Decke. Die ideale Raumtemperatur liegt bei 18 bis 20 Grad. Bei höheren Temperaturen oder Fieber ziehen Sie Ihrem Baby weniger an.

Säuglinge sollten - wenn möglich - gestillt werden!

Muttermilch ist die beste Nahrung für Babys und beugt Allergien und Infektionen vor. Beim Stillen bekommt Ihr Kind den nötigen Körperkontakt. Diesen sollte es aber auch ohne Stillen regelmäßig erhalten.

Sie sollten einen Arzt mit Ihrem Baby aufsuchen, wenn....

- Eine Vorsorgeuntersuchung fällig ist
- Sie glauben, dass Ihr Baby krank ist (z.B. bei Fieber, Durchfall, Atemnot, ...)
 - Ihr Baby um den Mund oder im gesamten Gesicht blau wird
- Sie bei Ihrem Baby im Schlaf Atempausen über 15 Sekunden beobachten
 - Ihr Baby im Schlaf stark schwitzt
 - Ihr Baby auffällig blass ist
 - Ihr Baby häufig erbricht
- Probleme beim Essen und Trinken auftreten
 - Ihr Baby sich auffallend ruhig verhält
- Ihr Baby öfters schrill schreit und sich nicht beruhigen lässt
 - Sie einen anderen Grund zur Beunruhigung haben

Gehen Sie regelmäßig zu den Mutter-Kind-Pass-Untersuchungen!

NEU !!!

Schnuller beim Einschlafen

Aktuelle Studienergebnisse zeigen, dass Schnuller beim Einschlafen das SIDS-RISIKO signifikant reduzieren. Wenn sich Eltern zur Verwendung eines Schnullers entschließen, wird ihnen empfohlen, jedes Mal beim Einschlafen einen alters- und kiefergerechten Schnuller zu geben. Der Schnuller sollte jedoch erst verwendet werden, nachdem sich das Stillen eingespielt hat. Diese ist üblicherweise spätestens am Ende des ersten Lebensmonats der Fall.

**Empfehlungen entnommen dem Expertenmeeting zum Thema
SIDS-VORSORGEMASSNAHMEN (2006)**

www.sids.at