

Schreibabys

Erste Hilfe bei zu viel schreienden Babys:

Alle Babys schreien gelegentlich z. B. wenn eine volle Windel sie stört, sie Hunger haben oder wenn sie sich aus anderen erkennbaren Gründen nicht wohlfühlen. Aber was, wenn die Babys scheinbar ohne Grund und ständig schreien?

Die normale Schreidauer nimmt bei Babys nach der 2. Lebenswoche durchschnittlich deutlich zu, erreicht mit 6–7 Wochen ihr Maximum und wird dann allmählich wieder weniger. Wir wissen bis heute nicht sicher, woran das liegt und es gibt bis heute kein Wundermittel dagegen. Oft fällt es stark schreienden Babys schwerer, sich zu regulieren und sie benötigen mehr Unterstützung dabei als andere Babys.

Was können Sie tun?

Was können und sollen Eltern also machen, wenn das Schreien zu viel wird oder/und der Grund für das Schreien nicht erkennbar ist?

Vor allem niemals das Baby schütteln – das kann für das Kind lebensgefährlich sein!

Im Notfall Baby auf den Boden legen. Kurz aus dem Raum gehen, durchatmen. Hilfe holen (Partner, Nachbarn, Freunde anrufen oder melden Sie sich bei uns.). In akuten Krisensituationen – Ihr Kind schreit ohne Unterlass und Sie sind am Ende Ihrer Kräfte und wissen nicht mehr weiter – sind auch die 24h für Sie da.

Alarmzeichen für (seltene) körperliche Ursachen erkennen

- Gedeihstörung: Überprüfen Sie (wir helfen) die Gewichtszunahme Ihres Babys.
- Magen-Darm-Infekt: Erbrechen/Durchfall/Fieber
- Infektion: Fieber/Trinkunlust/Baby sieht nicht gesund aus
- Säurerückfluss aus Magen/Reflux: Schmerzzeichen beim Spucken
- Milchallergie: Ausschläge/Blut im Stuhl

Alarmzeichen für Regulationsstörung erkennen

- **Ihr Baby schreit mehr als 3 Stunden am Tag an mehr als 3 Tagen in der Woche über mehr als 3 Wochen.**
- lange Schreiphasen, deutlich über den dritten Lebensmonat hinaus

Alarmzeichen für eigene Überforderung erkennen

- Sie merken, dass das Schreien Sie so wütend und/oder verzweifelt macht, dass Sie Sorge haben, sich nicht mehr kontrollieren zu können.

- Sie merken, dass Sie Ihr Baby mehr als Belastung, denn als Bereicherung empfinden.

Das alles sind normale Empfindungen und damit sind Sie nicht allein!

Sollte ein Alarmzeichen zutreffen, bitte zeitnah einen Termin bei uns oder bei anderen geeigneten Stellen ausmachen.

Wenn keines der o. g. Warnzeichen zutrifft, Ihr Baby gut trinkt, gut an Gewicht zunimmt und auch längere Phasen am Tag hat, in denen es zufrieden und ausgeglichen ist, sind die Schreiphasen sehr wahrscheinlich ein normaler Teil der Entwicklung und Reifung ihres Babys und werden auch wieder allein verschwinden. Der beste Rat ist dann Gelassenheit. Versuchen Sie erkennbare Gründe für das Schreien zu beseitigen, aber lassen Sie sich auch nicht aus der Ruhe und aus dem Rhythmus bringen.

Sie helfen dann ihrem Baby am besten, wenn sie nicht zu viel Aktionismus (Einreibungen, Beruhigungskapriolen, zig verschiedene Hausmittelchen gegen Koliken) und damit Unruhe verbreiten, sondern wenn sie dem Baby einen klaren, sich täglich wiederholenden Rahmen geben mit erkennbaren Schlaf-, Fütter- und Wachzeiten.

Als Beruhigungsritual können Sie Folgendes („5S“ nach Dr. Harvey Karp) ausprobieren

- Erstes S: Strammes Einwickeln der Arme am Körper (Pucken)
- Zweites S: In Seiten- / Bauchlage (Fliegergriff) auf den Arm nehmen
- Drittes S: „Schhhhhhhhhhhhh“ ruhig, monoton summen
- Vierte S: Schaukeln, mit gut gestütztem Kopf und Nacken sanft und langsam schaukeln
- Fünftes S: Saugen lassen an Schnuller oder Finger

- [Website der Schreiambulanz am Universitätsklinikum Jena inkl. vieler Links und weiterer Informationen](#)