

KINDERÄRZTE AM RIGIPLATZ

RIGIDOCs AG

Universitätstrasse 115

8006 Zürich

Tel.: 044 250 76 50

Fax: 044 250 76 51

Mail: office@rigidocs.ch

www.kinderarzt-am-rigiplatz.ch



Praktische Tipps für die ersten Monate

Schlafempfehlungen

Wir empfehlen, Ihr Neugeborenes in Rückenlage zu betten. Die Raumtemperatur sollte maximal 18-20°C betragen, decken Sie Ihr Kind genügend aber nicht allzu fest zu. Als Lagerungshilfe kann ein wurstförmiges Kissen dienen; ein Schlafsack mit der Möglichkeit zur Fixation an der Bettmatratze ist empfehlenswert. Unter keinen Umständen Rauchen in der Wohnung

Rauchen zuhause

Ihr Rauchen führt zu Atemwegsbeschwerden Ihres Kindes!

Mit der Geburt Ihres Kindes beginnt eine Phase absoluten Rauchverbotes in Wohnung und Fahrzeug! Sogar das Rauchen auf dem Balkon führt zum Import von Rauchpartikeln über Ihre Kleidung in die Wohnung zu Ihrem Kind!

Zudem ist erwiesen, dass RaucherInnen eine stärkere Keimbesiedlung des Mundrachenraumes als Nichtraucher aufweisen, was über Schmusen/Küssen zu häufigeren Infekten der Luftwege des Babies führt.

Fieber

Das Fieber soll bei Kleinkindern bevorzugt rektal gemessen werden. Als Alternative dient ein Ohrthermometer, diese sind allerdings sehr ungenau. Rektal gemessene Temperaturwerte sind in der Regel ca. 0.5°C höher als die gemessenen Werte im Mund, in der Achselhöhle oder im Ohr.

Eine rektal gemessene Temperatur ab 39°C ist Fieber und kann mit Paracetamol behandelt werden.

Temperaturen von 37.5 - 37.9°C sind "erhöhte Temperatur" (subfebril) aber noch kein Fieber, eine Behandlung ist nicht nötig.

Auch bei einem „banalen“ febrilen Infekt sind Fieberwerte bis über 40°C nicht ungewöhnlich!

Bei gutem Allgemeinzustand und Trinkverhalten des Kindes (zumindest nach Fiebersenkung) ist eine ärztliche Kontrolle nicht sofort notwendig. Nach 2-3 Tagen Fieber empfiehlt sich jedoch eine ärztliche Kontrolle.

Erhöhte Vorsicht ist bei jungen Säuglingen geboten, die noch nicht älter als drei Monate sind. Hier sollte bei Fieber eine ärztliche Kontrolle innerhalb der ersten 12- 24 Stunden stattfinden.

Säuglingskoliken

Jeder Säugling macht zwischen der 4. und 12. Lebenswoche eine Periode von Bauchschmerzen durch; die Zeichen dieser Verdauungsbeschwerden sind:

- Abendliches Schreien
- Vermehrtes Aufstossen
- Flatulenz (Windabgang)
- Anziehen der Beinchen

Massnahmen zur Verminderung der Beschwerden sind:

- Vermeiden des Luftschluckens beim Trinken (ev. Spezialschoppenflasche, Brusthäubchen, Muttermilchabpumpen und deren Schöppelung)
- Gutes Aufstossenlassen nach der Mahlzeit, wenn nötig Bettkopfe 30° hochstellen mit Unterlagerung der Bettbeine am Kopfende mit ca. 20-30cm Büchern mit gleichzeitiger Fixation des Säuglings an der Matratze mit Schlafsack
- Bei stillenden Müttern: keine blähenden Esswaren (s. Zusatzblatt)
- Formulamilchpulver mit Kamillentee statt Wasser zubereiten
- Flatulexgabe (rezeptfrei in der Apotheke): 2 Hübe vor jeder Mahlzeit
- Gabe von 1-2 Viburcol Zäpfchen täglich

Melden Sie sich bei Fragen, insbesondere bei unstillbarem Schreien und/oder starkem Aufstossen mit fehlender Gewichtszunahme bei uns oder Mütterberatung!

KINDERÄRZTE AM RIGIPLATZ

RIGIDOCS AG

Universitätstrasse 115

8006 Zürich



Tel.: 044 250 76 50

Fax: 044 250 76 51

Mail: office@rigidocs.ch

www.kinderarzt-am-rigiplatz.ch

Zahnungsbeschwerden

Ab dem 4. Lebensmonat kann Ihr Kind den beginnenden Zahndurchbruch spüren. Dieser ist begleitet von:

- Starkem Speichelfluss
- Erhöhter Unruhe / ev. Durchschlafstörung

Massnahmen:

- Gabe von homöopathischen Kamillenglobuli
- Bernsteinkette anlegen (echte Kette aus Apotheke kostet 40-60 Franken)
- Gabe von Viburcolzäpfchen abends
- Bei starken Beschwerden nötigenfalls Gabe von Paracetamol abends
- Mundgels sind unseres Erachtens ohne Wirkung