

Wo bekommen Sie Hilfe?

• Erster Ansprechpartner ist immer Ihr Kinderarzt. Dieser kann durch eine eingehende Untersuchung mögliche organische Krankheiten ausschließen. Außerhalb der Sprechzeiten können Sie sich notfalls an die Kinderklinik wenden.

• Nach der Geburt kann Ihnen eine Hebamme nützliche Hilfen im Umgang mit Ihrem Kind geben.

• Es ist normal, dass Sie vom andauernden Geschrei oder Herumtragen des Babys erschöpft sind. Diese Gefühle kennen alle Eltern. Lassen Sie sich vom Partner, Freunden und Familie unterstützen, denn gerade Mütter und Väter brauchen Zeiten zum Ausruhen und „Krafttanken“. Danach können Sie sich mit frischer Kraft um Ihr Kind kümmern und das Zusammensein neu genießen.

Gerne stehen wir Ihnen für eine ausführliche individuelle Beratung zur Verfügung.

Wo: In der Ambulanz für Regulationsstörungen in der frühen Kindheit („Schreiambulanz“) im SPZ des St. Vinzenz-Hospitals

**Hofstraße 19 in Dinslaken,
Telefon: 0 20 64/44 - 14 42
Telefax: 0 20 64/44 - 14 43
www.st-vinzenz-hospital.de**

Ansprechpartner:

M. Flohr, Kinder- und Jugendärztin,
Psychotherapeutin
Dr. C. Hikel, Kinder- u. Jugendärztin,
Neuropädiatrie

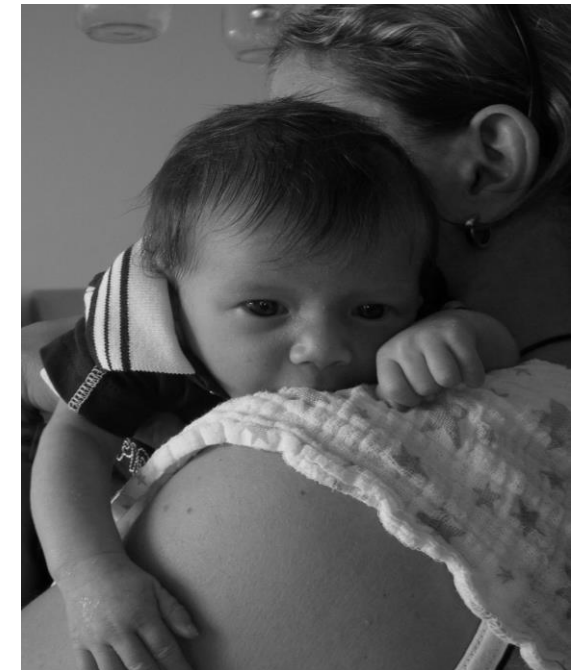
Öffnungszeiten:
Montag – Freitag 8.00 - 16.30 Uhr

Telefonsprechzeiten:
Montag - Freitag 8.00 - 9.30 Uhr
Montag - Donnerstag 14.00 - 15.30 Uhr

Ein erster Beratungstermin wird in der Regel innerhalb von 14 Tagen vergeben. Hierzu benötigen Sie eine **Überweisung** Ihres Kinderarztes.

Ambulanz für frühkindliche Regulationsstörungen

**Exzessives Schreien
Frühkindliche Schlafstörungen
Fütter- und Gedeihstörungen**



St. Vinzenz-Hospital
Dinslaken

Ist mein Kind ein „Schreibaby“?



Alle Babys schreien, z. B. wenn die Windel voll ist, wenn sie Hunger haben oder wenn sie sich aus anderen Gründen unwohl fühlen, besonders häufig ist dies in den frühen Abendstunden.

Von einem „Schreibaby“ spricht man, wenn ein gesunder Säugling

- während mehr als 3 Std. pro Tag
- an mehr als 3 Tagen pro Woche und
- seit mehr als 3 Wochen
- ausgeprägte Unruhe, Quengeln oder Schreien zeigt.

Auch gering ausgeprägte Symptome können sehr belastend sein.

Was können Sie für Ihr Kind tun?

- Wichtig ist, dass Sie Ihrem Kind Ruhe und Geborgenheit vermitteln.
- Geben Sie sich Zeit, einander kennen zu lernen und die Bedürfnisse Ihres Kindes zu erkennen:
Hat es Hunger?
Ist seine Windel voll?
Braucht es Ruhe?
- Schaffen Sie einen ruhigen und geregelten Tagesablauf, der nach stets wiederkehrenden Mustern verläuft mit gleich bleibenden Ritualen, z. B. beim Zubettgehen oder beim Wickeln und Baden. Vermeiden Sie Übermüdung des Kindes.
- Versuchen Sie eine Beruhigungsmethode oder Lage des Kindes längere Zeit (mind. 15 Min.) beizubehalten.
Der regelmäßige Ablauf ist wichtiger als die Methode. Hilfreich sind das gleichmäßige Wiegen in den Armen oder auch in einer Hängematte sowie beruhigendes Summen, Zureden oder Singen.

- Vermeiden Sie unruhige, rasche Bewegungen, laute Musik, lärmende Spielgeräte oder Streit. Schalten Sie Fernseher oder Stereoanlage aus.

- Sorgen Sie für eine komplett rauchfreie Umgebung.

- Geben Sie keine Medikamente, diese haben Nebenwirkungen und zeigen keinen Erfolg.
Auch eine Ernährungsumstellung ist meist nicht hilfreich.

