



Beratungsleitfaden Bauchbeschwerden bei Säuglingen

Symptome:

Vermehrtes und anhaltendes Schreien, harter/aufgeblähter Bauch, Blähungen, Durchfall, Verstopfung.

Mögliche Ursachen:

Das Verdauungssystem muss sich nach der Geburt erst an die Milch als Nahrung gewöhnen, was insbesondere in den ersten drei Monaten mit Verdauungsbeschwerden einhergehen kann. Da sich das Baby nach der Geburt auch an die neue Situation außerhalb der Gebärmutter gewöhnen muss, können sich hinter den vermeintlichen Bauchbeschwerden auch Regulationsstörungen verbergen.

Fragen für das Beratungsgespräch:

Welche Beschwerden hat das Baby? Wie lange halten die Beschwerden schon an? Treten die Beschwerden zu einer bestimmten Tageszeit gehäuft auf (z. B. später Nachmittag/früher Abend)? Machen sich die Beschwerden besonders nach Mahlzeiten bemerkbar? Oder nach einem aufregenden Tag/Ereignis?

Wann zum Arzt?

Bei blassem Aussehen, anhaltendem Schreien/Weinen sowie einem stark gewölbten oder eingezogenen Bauch ist ein Arztbesuch ratsam. Auch wenn die Beschwerden plötzlich eintreten, sich nicht bessern oder sogar verschlimmern, das Kind sehr schlapp wirkt, hohes Fieber hat oder Gewichtsverlust eintritt, sollte unbedingt ärztlicher Rat eingeholt werden.

Therapieoptionen in der Selbstmedikation (Auswahl):

	Entschäumende Präparate	Natürliche Präparate	Hefehaltige Präparate	Präparate mit Milchsäurebakterien
Inhaltsstoffe	• Simeticon	• Kümmel (<i>Carum carvi</i>)	• <i>Saccharomyces boulardii</i>	• <i>Lactobacillus rhamnosus</i> • <i>Lactobacillus reuteri</i>

Cave: Fencheltee wird zwar gerne bei Bauchschmerzen gegeben, für Kinder unter 4 Jahren wird er aufgrund des enthaltenen Estragols aber nicht mehr empfohlen.¹

Weitere Tipps:

- Massieren des Bauches im Uhrzeigersinn mit speziellen Ölen (z. B. mit Kümmel) kann dem Säugling bei Bauchbeschwerden Linderung verschaffen.
- Auch ein wärmendes Kirschkernkissen kann bei Bauchbeschwerden helfen.
- Körpernahes Tragen, z. B. im Tragetuch, einer Tragehilfe oder auf dem Arm im Fliegergriff, kann nicht nur bei Bauchbeschwerden helfen, sondern auch bei Regulationsstörungen, die insbesondere in den ersten drei Lebensmonaten auftreten können.
- Bei Flaschenkindern kann der Wechsel auf spezielle Anti-Kolik-Sauger helfen, dass das Baby beim Trinken aus der Flasche weniger Luft aufnimmt.

¹ Voitl P. Fencheltee für Kinder? Die aktuelle Richtlinie der Europäischen Arzneimittelagentur EMA zur Verwendung von estragolhaltigen Produkten. Monatsschrift Kinderheilkunde Ausgabe 11/2023