

## Hilfen erhalten Sie hier:

### Notruf 112

oder bei Ihrer nächstgelegenen Kinderklinik

**Kaiserslautern: 06 31 - 203-14 95**

**Koblenz: 02 61 - 499-26 10**

**Ludwigshafen: 06 21 - 57 02-44 46**

**Mainz: 061 31 - 17-27 73**

**Trier: 06 51 - 947 26 56**

Weitere Informationen und Hilfsangebote bekommen Sie bei den Partnern der Initiative:

- Berufsverband der Frauenärzte Rheinland-Pfalz
- Hebammen-Landesverband Rheinland-Pfalz e.V.
- Berufsverband der Kinder- und Jugendärzte Rheinland-Pfalz
- Landesverband "Früh- und Risikogeborene Kinder Rheinland-Pfalz" e.V.
- Kassenärztliche Vereinigung Rheinland-Pfalz
- Katholische Fachhochschule Mainz, Fachbereich Gesundheit und Pflege
- Landesärztekammer Rheinland-Pfalz
- Ministerium für Arbeit, Soziales, Gesundheit, Familie und Frauen
- Klinik für Kinder und Jugendmedizin, UNIVERSITÄTSMEDIZIN
- Institut für Rechtsmedizin, Johannes Gutenberg-Universität
- Vinzentius-Krankenhaus Landau
- Westpfalz Klinikum Kaiserslautern
- Kinderschutzbund Kaiserslautern
- Schreiambulanz Ingelheim
- Sozialpädiatrische Zentren
- Evangelische Psychologische Beratungsstelle Mainz
- pro familia Mainz

## Impressum

Techniker Krankenkasse  
Landesvertretung Rheinland-Pfalz  
Nikolaus-Otto-Straße 5  
55129 Mainz  
061 31 - 917-400  
061 31 - 917-410  
E-Mail [lv-rheinland-pfalz@tk-online.de](mailto:lv-rheinland-pfalz@tk-online.de)  
[www.tk-online.de/lv-rheinlandpfalz](http://www.tk-online.de/lv-rheinlandpfalz)



# Nicht schütteln!

Schütteln ist lebensgefährlich!

Schirmherrin Malu Dreyer  
Ministerin für Arbeit, Soziales,  
Gesundheit, Familie und Frauen  
des Landes Rheinland-Pfalz

## Liebe Eltern,

mit einem Baby zu leben, ist wunderschön. Leider aber nicht immer leicht.

Viele Eltern kennen das Gefühl der Erschöpfung, der übergroßen Müdigkeit oder auch der Verzweiflung: Ihr Baby schreit und schreit.

Es scheint eine Ewigkeit zu dauern. Sie tragen es herum, wechseln seine Windeln, geben ihm zu trinken: Nichts hilft.



### Mein Baby schreit...

Schreien ist eine normale Ausdrucksform des Babys, das noch nicht sprechen kann.

Babys schreien häufig, weil sie

- hungrig sind,
- müde sind,
- die Windel voll haben,
- sich sonst irgendwie unwohl fühlen oder
- Ihre Stimme hören möchten und Körperkontakt brauchen.

Auch gesunde Babys können mehrere Stunden am Tag ohne für Sie erkennbaren Grund schreien.

## Mein Baby schreit unaufhörlich...

Nehmen Sie bitte Kontakt zu Ihrem Kinderarzt oder Ihrer Hebamme auf, wenn Ihr Baby

- anders, lauter oder länger schreit als sonst,
- einen kranken Eindruck macht,
- Fieber hat, schläfrig ist oder nicht trinkt.

Zur Beruhigung können Sie Ihr Baby

- auf dem Arm schmusen,
- auf dem Arm, im Bettchen oder Kinderwagen schaukeln und wiegen,
- mit ihm herumgehen oder spazieren gehen,
- mit ihm sprechen, etwas vorsingen oder Musik vorspielen,
- stillen, etwas zu trinken oder einen Schnuller geben,
- Bauch oder Rücken sanft massieren.

### Mein Baby schreit unerträglich...

Manche Babys schreien ohne erkennbare Ursache so lange, dass es für Sie unerträglich wird. Dann spüren Sie vielleicht den Drang, Ihr Baby zu schütteln, damit es endlich ruhig wird.

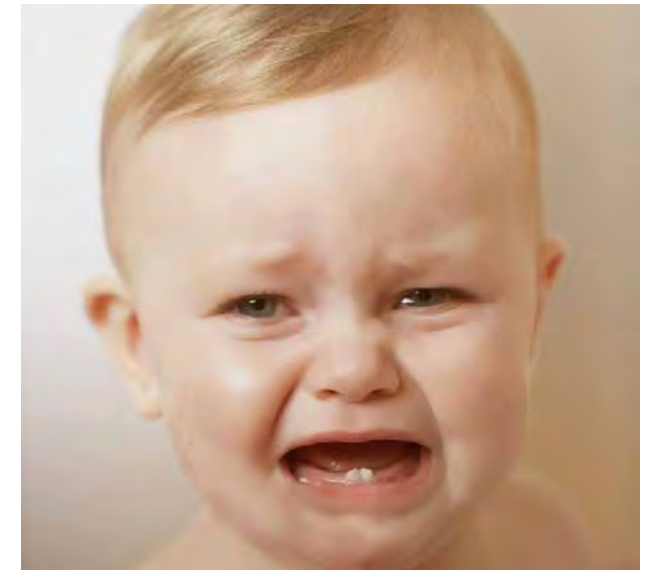
### Schütteln Sie Ihr Baby niemals!

### Schon leichtes Schütteln kann für Ihr Baby lebensgefährlich sein!

Ist die Situation für Sie unerträglich, dann

- atmen Sie tief durch und legen Sie Ihr Baby auf den Rücken ins Bettchen oder Kinderwagen.
- Verlassen Sie den Raum, schließen Sie die Tür hinter sich und setzen Sie sich für ein paar Minuten, um Abstand zu gewinnen. Ihr Baby wird sicher in seinem Bettchen weiterschreien, aber für eine kurze Zeit ist dieses weniger schlimm als wenn Sie Ihre Nerven verlieren und dem Baby durch Schütteln ernsthafte Verletzungen zufügen.
- Gehen Sie zu Ihrem Baby zurück, wenn Sie sich ruhiger fühlen.
- Rufen Sie eine Vertrauensperson an.
- Bitten Sie Freunde und Bekannte, Sie abzulösen.
- Sie müssen nicht verzweifeln, es gibt viele Hilfsangebote.

## Schütteln Sie Ihr Baby niemals! Schon leichtes Schütteln kann für Babys lebensgefährlich sein!



**Wenn es doch einmal passiert ist, suchen Sie bitte schnellstmöglich einen Arzt auf!**

**Sie bewahren damit Ihr Kind vor schwerwiegenden gesundheitlichen Schäden! Wählen Sie 112!**

Schon durch leichtes Schütteln kann es zu schweren Verletzungen des empfindlichen Gehirns ( z.B. Hirnblutungen) kommen, die nicht selten zu bleibenden Schäden führen, wie

- körperliche und geistige Behinderung,
- Entwicklungsstörungen,
- Krampfleiden,
- Sehstörungen,
- nicht selten auch zum Tod.

**Informieren Sie bitte alle Personen, die Ihr Baby versorgen oder beaufsichtigen:**

**Schütteln ist für Babys lebensgefährlich!**