

# BITTE NICHT SCHÜTTELN!

Informationen zum Umgang mit schreienden Babys und Kleinkindern



# BITTE NICHT SCHÜTTELN!

„Egal wie sehr ich dich nerve, schüttele mich nie – nicht einmal für eine Sekunde! Ich kann mich sonst schwer verletzen oder sogar sterben.“

## WARUM SCHREIT EIN BABY?

Baby-Schreien hat nichts damit zu tun, dass das Baby Sie nicht mag. Babys können noch nicht sprechen. Bis zu drei Stunden Schreien mit Unterbrechungen am Tag sind völlig normal. Dabei sind sie so laut wie eine Alarmanlage. Das kann ganz schön nerven.

## WAS KANN DEM BABY FEHLEN, WENN ES SCHREIT? EIN BABY KANN SCHREIEN, WEIL:

- es hungrig ist,
- es eine volle Windel hat,
- ihm zu kalt oder heiß ist,
- ein neuer Zahn wächst,
- es Ihre Stimme hören und Sie sehen will,
- es Körpernähe braucht,
- es seine Ruhe haben will,
- es müde ist aber nicht einschlafen kann,
- es krank oder verspannt ist oder Blähungen hat.

## WIE BERUHIGE ICH EIN BABY?

- Geben Sie ihm zu trinken – aber nur Babynahrung, ungesüßten Tee oder Wasser.
- Wiegen Sie es sanft in Ihren Armen oder gehen mit ihm herum.
- Sprechen, singen oder summen Sie leise.
- Bieten Sie ihm einen Schnuller an – aber ohne Druck.
- Klimpern Sie mit dem Schlüsselbund oder schlagen einen Löffel an ein Glas.
- Massieren Sie seinen Bauch oder Rücken.
- Nehmen Sie das Baby mit auf einen Spaziergang. Frische Luft macht müde.

## WAS KANN PASSIEREN, WENN ICH EIN BABY SCHÜTTLE?

Ein Baby kann seinen großen Kopf noch nicht von alleine halten, weil die Nackenmuskulatur noch nicht kräftig genug ist. Schwere Schäden können die Folge sein, wenn der Kopf heftig und unkontrolliert bewegt wird.

- Das Gehirn wird extremen Kräften ausgesetzt.
- Dadurch kann es zu Einrissen und inneren Blutungen kommen.
- Das Rückenmark wird extrem überdehnt. Nervenbahnen können geschädigt werden.
- Das Baby kann eine körperliche und geistige Behinderung davon tragen.
- Es kann für immer ertauben oder erblinden.
- Es kann einen Atemstillstand erleiden und sterben.
- Schütteln von Babys und Kleinkindern ist körperliche Gewalt.

## WAS KANN ICH TUN, WENN ICH DIE GEDULD VERLIERE?

- Legen Sie das Baby an einem sicheren Ort ab und gehen Sie aus dem Zimmer.
- Atmen Sie tief durch.
- Rufen Sie eine Vertrauensperson oder Ihre Hebamme an.
- Sprechen Sie darüber! Tauschen Sie sich mit jemandem aus! Sie sind nicht alleine!

## HIER ERHALTEN SIE HILFE

### Telefonseelsorge

Tel.: (08 00) 1 11 01 11 oder (08 00) 1 11 02 22  
(24 Stunden, anonym und kostenlos vom Festnetz und Handy)

### „Nummer gegen Kummer“, Elterntelefon

Tel.: (08 00) 1 11 05 50  
(Mo-Fr 9 bis 11 Uhr, Di und Do 17 bis 19 Uhr, anonym und kostenlos vom Festnetz und Handy)

### Schreiambulanz – Hilfe bei Regulationsstörungen

wie z. B. unstillbarem Schreien, Schlaf- und Fütterproblemen, Unruhezuständen

### Kinder- und Jugendklinik Gelsenkirchen

Adenauerallee 30, 45894 Gelsenkirchen  
Anmeldung: Tel.: (02 09) 36 92 78

**In Notfällen: Notruf 112 (24 Stunden)**

Gefördert vom:

Bundesstiftung  
Frühe Hilfen 



Bundesministerium  
für Familie, Senioren, Frauen  
und Jugend

Quelle: Kampagne vom Deutschen Kinderschutzbund Landesverband NRW e. V. (gefördert vom Ministerium für Kinder, Jugend, Familie, Gleichstellung, Flucht und Integration des Landes NRW)