



Elterninformation zur Geburt Ihres Kindes

Liebe Eltern! Herzlichen Glückwunsch zur Geburt Ihres Kindes!

Mit diesen Informationen möchten wir Ihnen einige wichtige Fragen beantworten:

Vitamin K-Gabe bei U1, U2, U3 durch die Hebamme bzw. Arzt

Zum Schutz vor Blutungen (v. a. Hirnblutungen) wird in den ersten Lebenswochen eine dreimalige Gabe in Form von Tropfen in den Mund empfohlen, da der Säugling in dieser Zeit dieses Vitamin in der Regel noch nicht ausreichend über die Nahrung aufnimmt bzw. selbst zu wenig davon produziert.

Vitamin D-Gabe durch Eltern ab dem 7.-10. Lebenstag

In den ersten zwei Lebensjahren ist zur Vorbeugung einer Rachitis (Knochenerweichung und Organschäden durch ungenügende Calciumverwertung bei Vitamin-D-Mangel) eine tägliche zusätzliche Vitamin-D-Gabe empfohlen. Kinder benötigen in dieser Zeit wegen des Wachstums viel Vitamin D, bekommen aber wenig direktes Sonnenlicht ab, das zur Bildung von Vitamin D notwendig wäre.

Einmal täglich sollte Ihr Kind daher das vom Kinderarzt verordnete Vitamin-D in Form einer Tablette (Vigantolekten, Zymaflor bzw. D-500-Fluoretten) bekommen. Die Tablette muss vor Gabe auf einem kleinen Löffel mit Flüssigkeit (z.B. Muttermilch oder frisch abgekochtem und abgekühltem Wasser) aufgelöst und vor dem Stillen/Füttern in den Mund gegeben werden. Alternative Vigantol-Öl.

Fluorid-Gabe durch Eltern

Eine zusätzliche Zufuhr des Minerals Fluorid zur Nahrung (beginnend in den ersten Lebenswochen z.B. in Kombination mit Vitamin D: D-Fluoretten) führt nachweislich zu einer deutlichen Karies-Reduktion bei Kindern. Gerade in unserer Gegend ist im Trinkwasser kein Fluor enthalten.

Hautpflege

Viele Babys haben in den ersten 3-4 Wochen nach Geburt eine trockene, z. T. pickelige und gerötete Haut (bedingt durch Hormon-Umstellung, Anpassung der Haut an veränderte Umgebung), die in der Regel von selbst abheilt. Nach neuen dermatologischen und allergologischen Erkenntnissen kann übertriebene Hygiene, wie z.B. zu häufiges Baden mit ungeeigneten Zusätzen zu Hautkzemen führen. In der Regel reicht es aus, Ihr Baby ein- bis zweimal in der Woche zu Baden (möglichst mit reinem Wasser oder pH-neutralem Zusatz). Danach Eincremen mit zusatzfreier Baby-Hautpflege.

Die richtige **Nabelpflege** erklärt Ihnen Ihre Hebamme/Kinderkrankenschwester. Bei Heilungsstörungen oder starken Blutungen wenden Sie sich bitte sofort an Ihren Kinderarzt.

Weitere Vorsorgeuntersuchungen

Die nächste Vorsorgeuntersuchung ist die **U3** zwischen der **4.-6. Lebenswoche**. Diese Untersuchung sollte ein im Umgang mit Neugeborenen erfahrener Arzt, in der Regel ein Kinderarzt, durchführen. Bitte vereinbaren sie diesen Termin bald nach Ihrer Entlassung zu Hause. Bei dieser Vorsorge ist zur Früherkennung von angeborenen Hüftschaden eine **Ultraschalluntersuchung der Hüfte** nun zwingend vorgeschrieben. Diese kann bei der U3 gleich mitgemacht werden. Die Termine für die weiteren kinder-ärztlichen Untersuchungen (U3-U9) finden Sie im gelben Kinder-Vorsorgeheft, meist drucken wir Ihnen die Intervalle schon aus. Bitte halten Sie diese vorgegebenen Termine unbedingt ein und bringen Sie das Untersuchungsheft zu jeder Vorsorge mit!

Schlaflage im 1. Lebensjahr

Zur Vorbeugung des plötzlichen Kindstod gelten folgende Empfehlungen:

unbeaufsichtigt immer in Rückenlage schlafen, der Kopf darf nicht durch Bettzeug bedeckt werden können (Schlafsack besser!, feste Matratze, keine Felle, kein Nest um Kopf, keine Kuscheltiere), im elterlichen Schlafzimmer –aber im eigenen Bett!-, absolut rauchfreie Wohnung, Raumtemperatur und Bekleidung während des Schlafens so wählen, dass es für das Kind angenehm, d. h. weder zu warm noch zu kalt ist (an bedeckter Schulter fühlen). Tagsüber ist unter Aufsicht auch Bauchlage (gerade bei Blähungen hilfreich) und Seitenlage sinnvoll (Lagewechsel zur Forderung der motorischen Entwicklung und Vorbeugung von Einseitigkeit!), Stillen, Schnuller

Gewicht Ihr Baby sollte nach der anfänglichen Gewichtsabnahme (bis maximal 10% vom Geburtsgewicht) in der Woche ca. 100-200 g zunehmen. Die Gewichtskontrollen erfolgen bei den weiteren U-Untersuchungen, bei sehr zarten Kindern oder Trinkproblemen natürlich häufiger. In der Regel erkennen Sie die gute Gewichtsentwicklung Ihres Kindes.

Stoffwechseltest aus Fersenblut

In der Regel werden mit Ihrem Einverständnis am 3. Lebenstag durch die Kinderkrankenschwester, Hebamme oder Arzt aus der Ferse Ihres Kindes wenige Tropfen Blut abgenommen, um sie auf die häufigsten Stoffwechselerkrankungen zu untersuchen, die bei zu später Diagnosestellung zu schwerer Behinderung bzw. zum Tode führen. Der Test wird für Bayern zentral in einem Münchner Labor durchgeführt. Nur bei auffälligem Befund werden Sie sofort informiert.

Impfungen

Die von der ständigen Impfkommision (STIKO) empfohlenen Impfungen bei Kindern beginnen in der Regel ab dem 3. Lebensmonat (Alter 2 Monate). Hierzu erhalten Sie bei der U3 von Ihrem Kinderarzt eine ausführliche Beratung. Kontrollieren Sie bitte bei sich (beide Eltern) einen Impfschutz gegen Keuchhusten (Pertussis) –Impfung innerhalb der letzten 10 Jahre- und Masern (2x oder Erkrankung durchgemacht) und bringen Sie Ihre Impfhefte zum U3-Termin mit.

Ernährung bei Allergierisiko in der Familie Ideal ist in den ersten 4 Monaten Muttermilch. Wenn dies nicht möglich ist sollte eine speziell Kuhmilch-Allergie reduzierte HA-Nahrung in den ersten 6 Monaten gegeben werden, z.B. Beba-HA.

Alles Gute für zuhause! Bei Fragen stehen wir Ihnen jederzeit zur Verfügung.