

Wenn das Bäuchlein grummelt

Ob Blähungen, Koliken oder Durchfall. Oft helfen schon sanfte Massagen oder Naturheilmittel gegen Babys Verdauungsprobleme.

WARTEN AUF DAS GÖRPSLI
Mit dem Bäuerchen stösst das Baby die Luft wieder aus, die es mit der Milch verschluckt hat.



Fotos: istockphoto, Susanne Keller

Babys haben ab und zu Probleme mit der Verdauung. Kein Wunder: Ihr Verdauungsapparat ist noch nicht vollständig entwickelt.

Verstopfung

Wie oft ein Kind Stuhlgang hat, ist sehr verschieden. «Von einmal pro Woche bis dreimal pro Tag ist normal», sagt Drogistin EFZ Nadia Good aus der Drogerie Dornau in Trübbach. Oft ist Flüssigkeitsmangel ein Grund für Verstopfung. Darum auf ausreichend Flüssigkeit achten. «Ab einem gewissen Alter kann man den Brei mit Baby-Hirseflocken zubereiten, das lockert den Stuhl. Bei älteren Kindern hat sich verdünnter Fruchtsaft oder Milchezucker im Schoppen bewährt. Ebenso kann eine Bauchmassage im Uhrzeiger-

sinn helfen. Lactulose-Sirup ist schon für Säuglinge geeignet und wirkt osmotisch, er bindet Wasser im Darm und macht den Stuhl weich.» In hartnäckigen Fällen zum Arzt.

Durchfall

«Nicht jeder flüssige Stuhl ist Durchfall. Ich würde mich auf Augen und Nase verlassen. Durchfallstühle riechen schlecht, haben oft einen wässrigen Rand und können grünlich sein.» Hat das Kind mehr als fünfmal am Tag sehr flüssigen Stuhl, ist der Gesamteindruck schlecht, das Baby jünger als drei Monate und trinkt nicht, sollte man zum Arzt. Auch wenn es erbricht oder der Stuhl blutig ist. «Bei kurzfristigem Durchfall helfen Produkte, die die Darmflora aufbauen in Kombination

mit einer Elektrolytlösung, um den Flüssigkeitsverlust auszugleichen. Ist das Baby älter als sechs Monate, kann man stopfenden Brei etwa aus gekochten Rüebli, Reisschleim oder Bananen versuchen.»

Blähungen

«Gegen Blähungen können Bauchmassagen im Uhrzeigersinn helfen.» In der Drogerie gibt es dafür spezielle Babyöle. «Es nützt auch, wenn ein Kind strampeln kann, das regt die Verdauung an. Das Kind dafür zum Beispiel an ein Kissen lehnen oder unter Aufsicht bäuchlings auf eine Wärmflasche oder ein warmes Kirschkernkissen legen.» Stillt die Mutter, kann sie Fenchel- oder Entblähungstee trinken, bekommt das Kind den Schoppen, die Milch mit verdünntem Fencheltee zubereiten.

Erbrechen

Dass Kinder nach dem Trinken Milch spucken, kommt oft vor. «Wenn das Kind gut gedeiht und das Gewicht stimmt, ist das nicht tragisch.» Erbricht das Kind den grössten Teil der Mahlzeit, hat aber kein Fieber, erst einmal abwarten. «Tee geben, das Kind in den Arm nehmen, beruhigen. Erbricht es wiederholt, hat

Durchfall, nimmt länger als etwa sechs Stunden nichts zu sich, ist fiebrig, matt oder hat Ohrenweh, sollte man zum Arzt.» Grundsätzlich ist es wichtig, dass das Kind genug trinkt. Hier kann eine Elektrolytlösung helfen, sie ersetzt neben der Flüssigkeit auch verloren gegangene Mineralien. «Leider schmeckt sie nicht sehr gut; mein Tipp ist, die Flüssigkeit

Nadia Good

Die 35-jährige Nadia Good, Mutter von zwei Kindern, ist Drogistin EFZ sowie Vitalstofftherapeutin und arbeitet seit 10 Jahren in der Drogerie Dornau in Trübbach (SG). Ihre Spezialgebiete sind Heilmittel, Kinder- und Tiergesundheit sowie Hörgeräte.
www.drogerie-dornau.ch



Das Bäuerchen

Babys schlucken mit der Milch Luft. Das Bäuerchen sorgt dafür, dass diese wieder entweicht. Das ist vor allem für Babys, die unter Koliken leiden (siehe rechts) wichtig. Ob das Görspli nach oder während der Mahlzeit erfolgt, ist

laut Drogistin EFZ Nadia Good aus der Drogerie Dornau in Trübbach egal. «Jede Mutter soll entscheiden, was für sie stimmt.» Die einen sagen, man solle beim Stillen oder Schöppeln eine Pause machen fürs Bäuerchen. «Ich persönlich habe lieber gewartet, bis das Kind selber eine Pause einlegt oder das Bäuerchen am Schluss machen lassen.» Viele Babys geben mit dem Bäuerchen einen Teil der Milch wieder von sich. Das ist normal, solange das Kind gesund ist und gut zunimmt.



isrockphoto

möglichst kalt mit einem Teelöffel und in kleinen Portionen einzuflössen.»

Dreimonatskoliken

Schreien Babys in den ersten drei Monaten stundenlang, haben Bauchschmerzen, Krämpfe und Blähungen, spricht man von Dreimonatskoliken. Die Ursache ist nicht genau bekannt. «Eine nervenaufreibende Zeit», sagt Good. In der Drogerie Dornau gibt es unter anderem die Hauspezialität «Windpulver» aus Fenchel, Anis und Schüssler-Salzen. «Sehr effizient gegen Blähungen bei Babys ist auch Simeticon in Tropfenform.»

Die neue Classic Kindermilch:
Der palmölfreie Klassiker
für Kinder ab 12 Monaten.



Palm Oil
FREE



NEU

Gute Neuigkeiten für alle Classic-Fans: Ab sofort gibt es von Bimbosan auch die Kindermilch als Classic-Produkt. Anders als reine Kuhmilch ist die Classic Kindermilch perfekt auf die Bedürfnisse von Kindern ab 12 Monaten abgestimmt. Sie enthält weniger Eiweiss, dafür mehr Calcium, Vitamin D sowie Eisen und unterstützt so ein gesundes Wachstum. Die neue Classic Kindermilch wird aus bester Milch von Schweizer Bauernhöfen und ohne Palmöl hergestellt.

Wichtig: Muttermilch ist das Beste für den Säugling. Die WHO empfiehlt 6 Monate ausschliessliches Stillen.

Jetzt Grati**m**uster bestellen und testen, auf bimbosan.ch oder unter 032 639 14 44



Bimbosan
Für jeden Babytag.