

Lisa, Daniel und ...

Wenn die Kinder krank sind: Ratschläge für Eltern

Dr. Isabelle Germann-Nicod
Dr. Josiane Racine Stamm



ssp sgp

SWISS SOCIETY OF PEDIATRICS
Ihre Ärztinnen und Ärzte für Kinder und Jugendliche
Les médecins de vos enfants et adolescents
I medici dei vostri bambini e adolescenti

Schweiz. Gesellschaft für Pädiatrie: www.swiss-paediatrics.org

Bestellung der Broschüre:

Stiftung Schulungs- und Wohnheime Rossfeld

Reichenbachstrasse 122, Postfach 699, 3004 Bern 4

buerozentrum@rossfeld.ch, Fax 031 300 02 99

Inhaltsverzeichnis

Einleitung	Seite 4
Die Hausapotheke für Kinder	Seite 5
Was immer wieder vorkommt	
• Fieber	Seite 6
• Fieberkrämpfe	Seite 8
• Husten	Seite 9
• Halsweh	Seite 12
• Ohrenweh	Seite 14
• Hautausschläge	Seite 16
• Verschlucken von Gegenständen	Seite 17
• Tierbisse	Seite 18
• Insektenstiche	Seite 19
• Stürze auf den Kopf	Seite 20
• Erbrechen	Seite 21
• Durchfall	Seite 23
• Bauchweh	Seite 25
• Leistenbruch	Seite 26
• Verstopfung	Seite 27
Notfälle	
• Atemnot	Seite 28
• Krämpfe	Seite 30
• Bewusstlosigkeit	Seite 31
• Vergiftungen	Seite 32
• Unfälle	Seite 34
– Verbrennungen	Seite 35
– Stromunfälle	Seite 36
– Ertrinken	Seite 37
Der Säugling von 0 bis 3 Monaten	Seite 38

Einleitung

Sieht Lisa krank aus? Stimmt etwas mit Daniel nicht? Bevor Sie zum Telefon greifen, um sofort den Kinderarzt zu konsultieren, lesen Sie diese Broschüre durch. Sie werden darin praktische Ratschläge und Informationen finden, was Sie zunächst selber tun können.

Ein Rat: Damit Sie sich im entscheidenden Moment rasch orientieren können, sollten Sie die Broschüre durchlesen, bevor Sie sie benötigen.

Das Kapitel **Was immer wieder vorkommt** behandelt die häufigsten und meist harmlosen Probleme, während im Kapitel **Notfälle** die – glücklicherweise seltenen – lebensbedrohlichen Situationen geschildert werden, in denen das rasche Eingreifen eines Kinderarztes nötig ist.

Die Rubrik **Erste Massnahmen** informiert Sie darüber, was Sie als Erstes unternehmen sollten, gleichgültig, ob Sie danach einen Arzt konsultieren werden oder nicht. Dem Text im Kästchen können Sie entnehmen, welche Entscheidungen je nach Ursache des Problems und Zustand des Kindes zu treffen sind.



Dieses Zeichen bedeutet, dass Sie den Arzt verständigen sollten, um weitere Informationen einzuholen oder um einen nicht dringlichen Termin abzumachen.



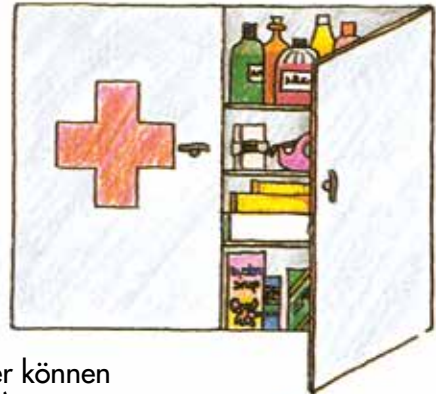
Dieses Zeichen bedeutet, dass Sie unverzüglich einen Arzt konsultieren oder das Kind direkt ins Spital bringen müssen; am besten rufen Sie dafür eine Ambulanz, wenn Sie mit dem Privatauto fahren, muss eine weitere Person Sie und Ihr Kind begleiten.

Die Hausapotheke für Kinder

Haben Sie alles, was Sie für die Pflege Ihres kranken Kindes benötigen? In der nachfolgenden Liste finden Sie das, was Ihre Haus- beziehungsweise Reiseapotheke unbedingt enthalten sollte. Zeigen Sie diese Hausapotheke auch den Personen, die Ihre Kinder hüten.

- Flüssiges Wund-Desinfektionsmittel
- Heftpflaster
- Elastische Binde und Gazebinde
- Ein fiebersenkendes Medikament; die meisten dieser Mittel wirken auch gegen Schmerzen (am besten wirkt Paracetamol)
- elektronischen oder mit Alkohol funktionierenden Fiebermesser (Ohrthermometer können ab 2-jährig eingesetzt werden)
- Trinklösung zur Anwendung bei Durchfällen und Erbrechen (Rehydratationslösung), z.B. Normolytoral
- Kochsalzlösung
- abschwellende Nasentropfen

Achtung: Die Hausapotheke muss für Kinder unerreichbar und verschlossen sein! Kontrollieren Sie von Zeit zu Zeit das Verfallsdatum der Medikamente.



Was immer wieder vorkommt

Fieber (Dieses Kapitel gilt nicht für Säuglinge unter 3 Monaten, siehe Seite 38.)

Fieber bedeutet nicht automatisch, dass eine schwere Störung vorliegt, auch nicht, wenn es hoch ist. Insbesondere muss eine Schädigung des Gehirns nicht befürchtet werden. Meistens ist das Fieber durch eine virale Infektion («Grippe») bedingt und kann in diesem Fall bis zu 72 Stunden dauern.

Ihr Kind hat Fieber: Wichtig ist zu wissen, wie hoch es ist! **Messen** Sie seine Körpertemperatur im After (oder, falls dies nicht möglich ist, unter der Achsel).

Erste Massnahmen

1. **Unter 38 Grad (im After gemessen):** Das ist nicht schlimm; messen Sie die Temperatur etwas später nochmals.

Zwischen 38 und 38,5 Grad: Entkleiden Sie das Kind bis auf die Unterwäsche (wenn es dies akzeptiert) und achten Sie darauf, dass die Wohnungstemperatur nicht zu hoch ist. Warme Kleidung oder eine Decke erhöhen die Körpertemperatur!

Über 38,5 Grad: Versuchen Sie das Fieber zu senken, insbesondere wenn Ihr Kind unter 4 Jahre alt ist; es fühlt sich dann wieder wohler und das Auftreten von Fieberkrämpfen kann vermieden werden (siehe Seite 8).

Geben Sie dem Kind Paracetamol, von dem es viele Präparate mit verschiedenen Namen gibt (Ben-u-ron®, Dafalgan®, Panadol®, Tylenol® usw.). Die Dosierung beträgt ca. 10 mg pro Kilogramm Körpergewicht des Kindes (Beispiel: 80 mg für ein Kind, das 8 kg wiegt). Wenn das Fieber nicht heruntergeht, kann die gleiche Dosis alle 4–6 Stunden gegeben werden. Wenn das Fieber trotzdem hoch bleibt oder schnell wieder ansteigt und Sie nicht 6 Stunden warten wollen, können Sie kalte Umschläge um Waden und Beine machen, wenn es dem Kind dabei wohl ist.

Auch hier gilt: Kind nicht zu warm anziehen! Vor der Gabe anderer Fiebermedikamente (z.B.: Brufen®, Voltaren® usw.) sollten Sie den Arzt konsultieren.

Wichtig zu wissen:

- Paracetamol und andere fiebersenkende Medikamente sind auch wirksam gegen Schmerzen!
- Acetylsalicylsäure (z.B.: Aspégic®, Aspirin® usw.) darf unter 12 Jahren und bei Windpocken nicht gegeben werden.

Was immer wieder vorkommt

2. *Das Wichtigste ist, dass Sie Ihrem Kind genügend zu trinken geben. Bei gestillten Kindern in Form von Muttermilch. Sonst sind Wasser, Trinklösungen, Kräutertees oder Kindertees besser geeignet als Milch oder Fruchtsaft (die zu Erbrechen führen können).*
3. *Achten Sie auf den Allgemeinzustand des Kindes: Falls es herumläuft, spielt, rosige Wangen hat und nur etwas Schnupfen oder Husten hat, aber sonst keine auffälligen Symptome zeigt, ist eine ernsthafte Erkrankung sehr unwahrscheinlich.*



Falls das Kind bleich ist und teilnahmslos wirkt,
sich rasch ausbreitende Hautflecken hat,
starkes Halsweh äussert, Speichelfluss aus dem Mund hat
und keuchend atmet,
stark hustet und sehr rasch atmet,
Kopfschmerzen hat und seinen Kopf nicht nach vorne beugen kann oder erbricht,
benachrichtigen Sie unverzüglich den Kinderarzt oder bringen Sie das Kind direkt mit der Ambulanz (Tel. 144) ins Spital.



Falls das Fieber länger als 3 Tage dauert,
mehrere Tage nach Beginn einer Erkältung oder eines Hustens auftritt,
von Halsweh, Ohrenweh, Bauchweh oder Symptomen im Bereich der Harnwege begleitet ist,
konsultieren Sie den Kinderarzt innerhalb einiger Stunden.

Zur Beachtung: Es ist ungefährlich, mit einem fiebrigen Kind nach draussen zu gehen, um den Arzt aufzusuchen. Dies kann im Gegenteil zur Fiebersenkung beitragen.

Was immer wieder vorkommt

Fieberkrämpfe

Zu Fieberkrämpfen kann es bei Kindern im Alter zwischen 6 Monaten und 6 Jahren kommen, wenn sie (zum Beispiel während einer Virusinfektion) Fieber haben. Obwohl diese Krämpfe beängstigend aussehen, verursachen sie keine Gehirnschäden. Meistens hören sie nach einigen Minuten von selbst auf.

Das Kind verdreht die Augen und wird bewusstlos; der Körper erschlafft oder versteift sich, Arme und Beine machen rhythmische Zuckungen.

Erste Massnahmen

1. *Bleiben Sie ruhig.*
2. *Sorgen Sie dafür, dass sich das Kind nicht verletzen kann.*
3. *Lagern Sie das Kind seitlich und ziehen Sie es aus.*
4. *Messen Sie das Fieber und versuchen Sie, es zu senken; geben Sie dem Kind aber nichts in den Mund solange es bewusstlos ist.*



Falls es das erste Mal ist, dass Ihr Kind einen Krampf bei Fieber hat, rufen Sie unverzüglich den Kinderarzt.

Falls der Krampf mehr als 5 Minuten dauert, **rufen Sie 144 an**. Lassen Sie Ihr Kind nicht auf einer erhöhten Unterlage wie z.B. Ihrem Bett liegen, während Sie zum Telefon eilen.



Wenn Ihr Kind schon früher Fieberkrämpfe gehabt hat und sich in einem guten Allgemeinzustand befindet, sollten Sie den Kinderarzt innerhalb einiger Stunden zu Rate ziehen.

Husten

Husten ist ein nützlicher Schutzreflex, der dazu dient, die Atemwege von einer Behinderung oder einem Reiz zu befreien.

Husten hat verschiedene Ursachen: In den meisten Fällen wird er durch eine Virusinfektion ausgelöst, die den Rachen reizt und Schleim in der Nase produziert. Das Kind hustet am meisten im Liegen, atmet aber zwischen den Anfällen normal.

Gelegentlich wird der Husten durch **Pseudokrapp** verursacht, einer virusbedingten Entzündung des Kehlkopfes. Diese Erkrankung kommt häufig bei Kindern unter 5 Jahren vor. Das Kind wird durch einen Anfall von bellendem Husten aus dem nächtlichen Schlaf gerissen und ist heiser; es hat Mühe mit Einatmen und keucht dabei.

Husten ist ebenfalls ein Symptom von **Asthma**, einer Entzündung der Bronchien, und von **Bronchiolitis**, einer virusbedingten Entzündung der kleinsten Bronchien, die meist bei Kindern unter 2 Jahren vorkommt und seltener ist als Pseudokrapp und Asthma. Dabei kommt es zu verschieden stark ausgeprägten Atembeschwerden; die Ausatmung ist erschwert und oft von einem hörbaren Pfeifgeräusch begleitet.

Weitere Ursachen von Husten sind **Bronchitis** oder **Pneumonie** (Bronchien- beziehungsweise Lungenentzündung); dabei ist die Atmung beschleunigt und das Kind hat Fieber.

Erste Massnahmen

- 1. Kleine Kinder, die erkältet sind, atmen freier, wenn sie auf dem Bauch liegen (gilt nicht für Kinder unter einem Jahr); zudem erleichtert das Hochstellen des Bettes am Kopfende die Atmung. Achten Sie auf gute Luftbefeuchtung und sorgen Sie durch die Anwendung von Nasentropfen für die freie Durchgängigkeit der Nase.*
- 2. Wenn das Kind einen Pseudokrappanfall (bellender Husten mit heiserer Stimme) hat, nehmen Sie es im Badezimmer sitzend auf den Arm und erzeugen Sie Dampf, indem Sie aus ganz geöffneten Hahnen oder der Dusche heisses Wasser laufen lassen. Stellen Sie einen wirkungsvollen Luftbefeuchter (vorzugsweise einen Kalt-Vernebler) in sein Zimmer.*

Was immer wieder vorkommt

3. Wenn Ihr Kind Asthma hat, sollten Sie ihm vor allem die vom Arzt verordneten Medikamente geben; gute Luftbefeuchtung ist hilfreich, so wie auch bei Bronchiolitis.
4. In allen Fällen von Husten ist es wichtig, dass das Kind viel zu trinken bekommt: Bieten Sie ihm immer wieder in kleinen Portionen Wasser, schwachen Schwarztee oder Kräutertee an.



Wenn das Kind schlecht schläft,
wenn der Husten mehr als 10 Tage dauert,
wenn der Husten während mehr als 3 Tagen von Fieber,
beschleunigter Atmung oder Schmerzen beim Atmen begleitet
ist,
benachrichtigen Sie den Kinderarzt.



Was immer wieder vorkommt



Wenn Ihr Kind mit Schwierigkeiten atmet,

wenn Ihr Kind an Pseudokrupp erkrankt ist und sich seine Atmung nach 15 Minuten intensiver Behandlung mit Dampf nicht bessert,

wenn das Kind zum ersten Mal einen Asthmaanfall hat oder die verabreichten Medikamente nichts nützen,

wenn das Kind sich an einem Fremdkörper verschluckt hat,

wenn das Kind starke Halsschmerzen hat und ihm der Speichel aus dem Mund läuft,

rufen Sie 144 an.

(Siehe auch unter Atemnot, Seite 28.)



Passivrauchen ist für Kinder immer schädlich, nicht nur, wenn sie husten oder zu Erkrankungen der Atemwege neigen!

Vorsicht vor Verbrühungen durch Luftbefeuchter!

Was immer wieder vorkommt

Halsweh

Ihr Kind klagt über Halsweh und hat 38,4 Grad Fieber: Was bedeutet das?

In 80% der Fälle sind Halsschmerzen auf eine **virale Angina** (Halsentzündung) zurückzuführen; das Kind hat dabei auch andere Erkältungszeichen wie Schnupfen, gerötete Augen sowie Husten.

Das Halsweh kann aber auch durch eine **Streptokokken-Angina** verursacht sein, einer Infektion, die mit **Antibiotika** behandelt werden muss, um spätere schwer wiegende Komplikationen zu verhindern.

Das erkrankte Kind hat meist hohes Fieber, oft erbricht es auch und gelegentlich klagt es über Bauchweh. Wenn ein blassroter Hautauschlag zu diesen Symptomen hinzukommt, spricht man von Scharlach.

In sehr seltenen Fällen kann Halsweh das Symptom einer Kehledeckelentzündung (Epiglottitis) sein (siehe Seite 28).



Was immer wieder vorkommt

Erste Massnahmen

1. Wenn das Kind über 4 Jahre alt ist, können Sie es schmerzlindernde Tabletten lutschen lassen. Der Apotheker kann Sie beraten, welche Produkte für das jeweilige Alter eingesetzt werden können.
2. Senken Sie das Fieber, falls vorhanden.
3. Geben Sie dem Kind süsse und kalte Getränke zu trinken, keine Fruchtsäfte und Limonaden, da diese im Hals brennen, und keine Milch, da diese zum Erbrechen führen kann.
4. Beobachten Sie den weiteren Krankheitsverlauf.



Falls das Kind Fieber oder einen Ausschlag hat, sonst aber in einem guten Allgemeinzustand ist,

benachrichtigen Sie den Kinderarzt, damit er abklären kann, ob es sich um eine Streptokokkenangina handelt.



Wenn das Kind **starke** Halsschmerzen hat, nichts mehr schlucken kann und an Atembeschwerden leidet (Verdacht auf Kehledeckelentzündung, siehe Seite 28),

fahren Sie unverzüglich ins Spital (Kind SITZEND mit der Ambulanz, Tel. 144).

Ohrenweh

Ihr Kind hat einen gewöhnlichen, schon etwas länger dauernden Schnupfen; eines Nachts erwacht es mit heftigen Ohrenscherzen, die nicht vorbeigehen und das Fieber, das bisher immer unter 38 Grad war, steigt an: Das sind die Zeichen einer akuten **Mittelohrentzündung**.

Mittelohrentzündungen sind meist bakterielle Infektionen der hinter dem Trommelfell gelegenen Paukenhöhle und kommen bei Kindern im Vorschulalter häufig als Komplikation von Schnupfen und Erkältungen vor.

Die wichtigsten Symptome sind: **Schmerzen** (diese können allerdings fehlen oder bei kleinen Kindern nicht erkennbar sein), **Fieber** (kann ebenfalls fehlen), Durchfälle oder Erbrechen (besonders bei Säuglingen). Wenn weissgelbliches Sekret aus dem Ohr fließt, ist dies das Zeichen, dass das Trommelfell einen kleinen Riss bekommen hat.

Erste Massnahmen

1. *Fieber messen.*
2. *Schmerz- und/oder Fiebermedikament geben.*
3. *Auf Ohrausfluss achten.*
4. *Ohne ärztliche Anweisung sollten Sie nichts ins Ohr tun (Ohrentropfen, Watte usw.).*



Wenn das Kind mehr als 2 Jahre alt ist und kein Fieber hat, wenn der Schmerz nicht sehr stark oder nur zeitweise vorhanden ist,

wenn Sie einen weissgelblichen Ohrausfluss bemerken,

wenn Ihr (Klein-)Kind zwar nicht wohl ist, aber kein Fieber und schon einige Tage Schnupfen hat,

benachrichtigen Sie den Kinderarzt.

Was immer wieder vorkommt



Wenn das Kind weniger als zwei Jahre alt ist, in reduziertem Allgemeinzustand und bleich erscheint,

wenn die Schmerzen heftig und konstant sind und sich durch die erwähnten Massnahmen nicht wirksam bekämpfen lassen,

wenn die hinter dem Ohr gelegene Region gerötet oder geschwollen ist,

wenn es Ihrem Kind einige Tage nach Beginn des Schnupfens schlechter geht oder Fieber auftritt,

benachrichtigen Sie rasch den Kinderarzt.



Mittelohrentzündungen bei Kleinkindern lassen sich teilweise verhindern, wenn Sie darauf achten, dem Kind den Schoppen sitzend und nicht liegend zu geben und es keinesfalls Zigarettenrauch aussetzen.



Was immer wieder vorkommt

Hautausschläge

Hautausschläge – mit oder ohne Fieber – kommen bei Kindern sehr häufig vor.

Sie können ganz verschiedene Ursachen haben: z.B. Infektionskrankheiten oder Allergien.

Erste Massnahmen

1. *Fieber messen.*
2. *Vergewissern Sie sich, dass der Allgemeinzustand Ihres Kindes nicht wesentlich verändert ist.*
3. *Beobachten Sie das Kind im Hinblick auf weitere Symptome.*



Wenn das Kind einen Hautausschlag, aber kein Fieber hat und sich wohl fühlt,

wenn das Kind einen Ausschlag und nur leichtes Fieber hat, sich dabei aber wohl fühlt,

benachrichtigen Sie den Kinderarzt.



Wenn das Kind einen Ausschlag hat und sich sein Zustand rasch verschlechtert (egal, ob Fieber vorhanden ist oder nicht),

bringen Sie das Kind rasch ins Spital oder rufen Sie 144 an.

Was immer wieder vorkommt

Verschlucken von Gegenständen

Während Sie telefonierten, hat Ihr Kind eine Sicherheitsnadel verschluckt...

Erschrecken Sie nicht! In den meisten Fällen kommt das fragliche Objekt (selbst wenn es spitzig oder scharf ist) am anderen Ende des Verdauungskanals wieder zum Vorschein!

Erste Massnahmen

- 1. Beobachten Sie den Zustand des Kindes: Erbricht es? Hat es Bauchschmerzen? Ist die Atmung normal?*
- 2. Schauen Sie den Stuhl genau an: Wenn Sie den verschluckten Gegenstand darin finden: Umso besser! Achten Sie auch darauf, ob der Stuhl eine ungewöhnliche Farbe zeigt.*



Wenn das Kind einen grossen Gegenstand verschluckt hat,
wenn es sich um eine Knopfatterie oder einen magnetischen
Gegenstand handelt,
wenn der Stuhl schwärzlich verfärbt ist,
wenn Ihr Kind nicht normal atmet,
benachrichtigen Sie unverzüglich den Kinderarzt.



Vorsicht: Kleinkinder neigen dazu, alles, was sie finden, in den Mund zu stecken und zu «probieren». Lassen Sie darum Münzen, Knopfattrien, Nadeln und Sicherheitsnadeln oder sonstige kleine Gegenstände nicht herumliegen.

**Der verschluckte Gegenstand kann auch in die Luftwege geraten:
Das ist weniger harmlos (siehe Seite 28).**

Was immer wieder vorkommt

Tierbisse

Es kommt oft vor, dass Kinder von Haustieren (Hunden, Hamstern usw.) oder selten auch von Wildtieren gebissen werden.

Erste Massnahmen

1. Ruhe bewahren.

2. Reinigen Sie die Wunde während 15 Minuten mit viel Wasser und Seife und desinfizieren Sie sie sodann mit einem Desinfektionsmittel.

Klären Sie unbedingt ab:

- **Bei Haustieren:** Ob das Tier gegen Tollwut geimpft ist.
- **Bei Wildtieren oder streunenden Tieren:** Um was für ein Tier es sich handelt.



Benachrichtigen Sie in jedem Fall den Kinderarzt. Dieser wird dann über allfällige Massnahmen entscheiden (und u.a. eventuell eine Tetanus-Auffrischungsimpfung vornehmen).



Was immer wieder vorkommt

Insektenstiche

Nach einem Insektenstich kann es bei Kindern zu mehr oder weniger schmerzhaften und heftigen Reaktionen kommen.

Erste Massnahmen

1. *Beruhigen Sie das Kind.*
2. *Entfernen Sie den Stachel (bei Bienenstichen).*
3. *Desinfizieren Sie die Einstichstelle und machen Sie einen kühlenden Umschlag.*
4. *Geben Sie dem Kind ein Schmerzmittel, falls der Schmerz sehr heftig ist.*



Falls das Kind im Mund oder im Rachen gestochen wurde, falls Symptome wie Atem- oder Schluckbeschwerden, Schwellungen des Gesichts und des Halses, Übelkeit oder Bewusstlosigkeit auftreten,

bringen Sie das Kind ins Spital, mit der Ambulanz (Tel. 144).



Was immer wieder vorkommt

Stürze auf den Kopf

Kinder schlagen oft den Kopf an, was meist keine schwer wiegenden Folgen hat: In aller Regel bildet sich am Ort der Gewalteinwirkung eine Beule, die wieder weggeht.

Erste Massnahmen

1. *Kühlen Sie die Beule mit kaltem Wasser.*
2. *Beobachten Sie das Kind sorgfältig und vergewissern Sie sich, dass es sich in den folgenden Stunden und Tagen normal verhält.*



Fahren Sie mit dem Kind rasch ins Spital, eventuell mit der Ambulanz (Tel. 144)!

Wenn es im Moment der Gewalteinwirkung bewusstlos geworden ist,

wenn es aus der Wunde oder aus Nase, Ohren oder Mund blutet,

wenn sich das Verhalten des Kindes verändert,

das Kind nach dem Unfall mehr als zweimal erbricht,

wenn die Pupillen (der schwarze Mittelpunkt der Augen) verschieden gross sind,

wenn das Kind mehr als 5 Meter hinunter fällt oder das Dreifache seiner Körpergrösse.

Erbrechen

Erbrechen ist die heftige Austreibung von Flüssigkeit oder Nahrung aus dem Magen.

Dieses Symptom kann durch verschiedene Probleme bedingt sein, die meistens gutartiger Natur sind (Grippe, Magenverstimmung, Reisekrankheit), manchmal aber auch schwer wiegende Ursachen haben (Magen-Darm-Entzündungen, Infektionen der Harnwege usw.).

Erste Massnahmen

1. *Geben Sie dem Kind keine feste Nahrung mehr.*
2. *Geben Sie dem Kind häufig (Kinder unter 2 Jahren: Alle 15 Minuten) zu trinken, und zwar in kleinen Portionen. Geeignet ist eine Rehydratations Trinklösung; diese sollte nicht länger als 24 Stunden verabreicht werden. Eher keine Milch und Fruchtsäfte!*
3. *Prüfen Sie, ob das Kind Fieber hat; wenn ja, ergreifen Sie fiebersenkende Massnahmen.*
4. *Achten Sie auf allfällige weitere Symptome: Durchfälle, Kopfschmerzen, Bauchschmerzen oder Schmerzen beim Wasserlösen usw.*



Falls es sich um einen Säugling oder ein Kleinkind unter 2 Jahren handelt und zusätzlich flüssiger Durchfall besteht,

falls das Kind trotz der oben erwähnten Behandlung nach 6 Stunden immer noch erbricht,

falls das Kind über Bauchweh oder Schmerzen beim Wasserlösen klagt,

konsultieren Sie den Kinderarzt.

Was immer wieder vorkommt



Falls das Kind nicht ansprechbar ist,
falls das Kind Fieber und heftige Kopfschmerzen hat,
falls das Kind Blut erbricht,
falls das Kind Bauchschmerzen hat, die sich verschlimmern
(insbesondere rechts),
falls der Stuhl des Kindes Blut enthält oder schwarz gefärbt ist,
falls das Kind zuvor einen heftigen Schlag auf den Kopf erlitten hat,

benachrichtigen Sie unverzüglich den Kinderarzt oder fahren Sie direkt ins Spital.

Falls das Kind seit 8 Stunden kein Wasser gelöst hat und teilnahmslos ist,

rufen Sie die Ambulanz (Tel. 144).

- Hinweis:**
- Geben Sie dem Kind erst dann wieder feste Nahrung (mit wenig Fett), wenn ihm nicht mehr übel ist.
 - Seien Sie nicht beunruhigt, wenn das Erbrechen beim über 6 Monate alten Kind vom Husten ausgelöst wird.

Was immer wieder vorkommt

Durchfälle

Durchfälle sind **flüssige und häufige** Stühle.

Meistens sind Durchfälle durch Viren bedingt; man spricht in diesen Fällen von «Darmgrippe». Diese dauert 3–5 Tage und kann von Fieber und Erbrechen begleitet sein. In diesem Falle besteht – vor allem bei Kindern unter 2 Jahren – das Risiko der **Austrocknung** (Exsikkose).



Was immer wieder vorkommt

Erste Massnahmen

1. Das Kind soll viel trinken.

Wenn Sie stillen: Stillen Sie weiter! Geben Sie dem Kind zusätzlich Rehydratations-Trinklösungen (gemäss unten stehendem Schema).

Bei Flaschenernährung (Pulvermilch oder flüssige Milch): Machen Sie damit eine Pause von 4–6 Stunden und geben Sie während dieser Zeit eine Rehydratations-Trinklösung (gemäss unten stehendem Schema).

2. Falls das Kind bereits **feste Nahrung** erhält und nicht erbricht, bevorzugen Sie stärkehaltige Nahrungsmittel (Kartoffeln, Getreide, Brot, Reis) sowie mageres Fleisch und Früchte (Bananen, rohe geraffelte Äpfel). Achten Sie darauf, dass das Kind zusätzlich viel trinkt.

Flüssigkeitsersatz-Schema

- **Erste 4 Stunden:** 50 ml Rehydratations-Trinklösung pro kg Körpergewicht des Kindes (Beispiel: 300 ml in den ersten 4 Stunden, wenn das Kind 6 kg wiegt). Es ist wichtig, diese Flüssigkeit häufig und in kleinen Mengen (kaffeelöffelweise) zu geben, nicht in grossen Schlucken.
- **Ab der 5. Stunde:** normale Trinkmenge, **zusätzlich** 100 ml Rehydratations-Trinklösung bei jedem weiteren flüssigen Stuhlgang.



Falls die Durchfälle sehr häufig sind (mehr als 4 bis 5 mal pro Tag) und das Kind noch klein ist (unter 2 Jahren),

falls die Durchfälle Blut enthalten,

falls das Kind nichts trinken will oder alles, was es trinkt, erbricht,

benachrichtigen Sie den Kinderarzt.

Falls das Kind wenig Wasser löst (weniger als 1 mal in 8 Stunden) und auffällig ruhig ist,

falls das Kind in schlechtem Allgemeinzustand ist oder hohes Fieber hat, auch wenn die Durchfälle wenig ausgeprägt sind,

rufen Sie die Ambulanz (Tel. 144).

Hinweise: – Flüssige Stühle sind bei Säuglingen, die mit Muttermilch ernährt werden, normal.

– Das Flüssigkeitsersatz-Schema kann auch bei häufigem Erbrechen ohne Durchfall angewandt werden.

Was immer wieder vorkommt

Bauchweh

Bauchschmerzen können bei Kindern verschiedene Ursachen haben: Grippe, Angina, Infektionen der Harnwege oder des Darmes, Verstopfung, Blinddarmentzündung usw.; aber auch psychische Spannungen können Bauchweh verursachen.

Erste Massnahmen

Falls die Schmerzen heftig sind:

- 1. Lassen Sie das Kind sich an einem ruhigen Ort hinlegen.*
- 2. Messen Sie die Temperatur; falls sie erhöht ist, ergreifen Sie fiebersenkende Massnahmen.*
- 3. Geben Sie dem Kind kleine Portionen eines wenig gezuckerten Getränkes.*
- 4. Geben Sie dem Kind während einiger Stunden keine feste Nahrung.*



Falls das Kind Durchfall und Fieber hat oder erbricht,
falls das Kind beim Wasserlösen Schmerzen verspürt,
falls Sie in der Leistengegend eine kugelige Vorwölbung entdecken (Leistenbruch, siehe Seite 26),
falls der Hoden/Hodensack geschwollen ist,
falls der Schmerz heftig ist, unvermindert anhält oder die rechte Seite des Bauches betrifft,
falls sich das Kind vor Schmerzen krümmt,

benachrichtigen Sie unverzüglich den Kinderarzt.

Falls das Kind sehr geschwächt wirkt, sein Allgemeinzustand schlecht oder die Hautfarbe ganz blass oder hochrot ist,

rufen Sie die Ambulanz (Tel. 144).

Was immer wieder vorkommt

Leistenbruch

Beim Wickeln Ihres dreimonatigen Kindes entdecken Sie in der Leistengegend (Knaben: oberhalb der Hoden; Mädchen: in den grossen Schamlippen) ein kugelförmiges Gebilde. In diesem Falle dürfte es sich mit grösster Wahrscheinlichkeit um einen Leistenbruch, eine «Hernie» handeln.

Erste Massnahmen

1. *Versuchen Sie, das Kind zu beruhigen, falls es weint; oft verschwindet der Leistenbruch, wenn sich das Kind entspannt (insbesondere in einem Bad). Zwar kann die Kugel später wieder hervortreten, aber in der Regel stellt ein Leistenbruch, der wechselweise ein- und austritt, kein dringendes Problem dar.*
2. *Versuchen Sie nicht, den Leistenbruch zurückzuschieben, wenn Sie darin keine Erfahrung haben, und machen Sie keine Experimente mit Druckverbänden, da diese mehr schaden als nützen.*



Falls Sie den Leistenbruch zum ersten Mal an Ihrem Kind entdecken, **rufen Sie den Kinderarzt an, damit er die Diagnose bestätigen kann.**



Falls der Leistenbruch sehr hart und violett ist (eingeklemmte Hernie),

falls das Kind während Stunden weint und der Leistenbruch offenbar schmerzhaft ist,

falls das Kind erbricht,

benachrichtigen Sie unverzüglich den Kinderarzt.

Hinweis: Bei Säuglingen wird oft in der Nabelgegend eine solche Kugel sichtbar. Bei diesen «Nabelbrüchen» kommt es aber praktisch nie zu einer Einklemmung und sie müssen – ausser wenn sie sehr gross sind – selten operiert werden: Kleinere Nabelhernien verschwinden mit zunehmendem Alter.

Was immer wieder vorkommt

Verstopfung

Bei Verstopfung erfolgt der Stuhlgang zu selten und ist zu hart. Verstopfung wird kaum je durch eine Krankheit verursacht; meist ist sie durch die Ernährung oder psychische Faktoren bedingt.

Erste Massnahmen

1. *Wenden Sie einfache Mittel an: Fruchtsäfte, abwechslungsreiche, ballaststoffreiche Kost.*
2. *Achten Sie auf einen regelmässigen «Toiletten-Rhythmus».*
3. *Halten Sie das Kind nicht auf, wenn es den Drang verspürt, aufs WC zu gehen.*
4. *Machen Sie nichts am After ohne ärztliche Anweisung (wie z.B. Glycerin-Zäpfchen, Einläufe).*



Falls diese Massnahmen keine Abhilfe schaffen,
falls das Kind erbricht oder intensive Schmerzen hat,
benachrichtigen Sie den Kinderarzt.

Atemnot

Die Atmung ist erschwert und von Geräuschen begleitet. Das Kind «ringt nach Atem»; manchmal sind seine Lippen bläulich verfärbt.



Bei kleinen Kindern können solche Symptome auftreten, wenn sie kleine Gegenstände «in den falschen Hals bekommen» (d.h. in die Luftwege = Fremdkörperaspiration). Lassen Sie deshalb niemals Kügelchen, Knöpfe, **Erdnüsschen** usw. herumliegen!

Wenn das Kind Fieber hat, Speichel aus dem Mund läuft und es wegen starken Halsschmerzen nicht schlucken kann, liegt wahrscheinlich eine **Infektion des Kehledeckels** vor (Epiglottitis).

Vorsicht: Dieser Zustand ist lebensbedrohlich und muss sofort behandelt werden!

Sind das Gesicht und der Hals des Kindes geschwollen so handelt es sich am ehesten um eine **allergische Reaktion**.

Weitere mögliche Ursachen sind Pseudokrupp (mit bellendem Husten, siehe Seite 9), Asthma oder Bronchiolitis (siehe Seite 9).

Erste Massnahmen

1. *Bewahren Sie Ruhe. Wenn Sie kopflös reagieren, wird die Angst des Kindes – und damit die Atemnot – nur grösser.*
2. *Versuchen Sie **auf keinen Fall** den Gegenstand im Mund Ihres Kindes zu suchen oder ihm sonst irgendetwas in den Mund zu stecken, wenn es Mühe hat mit Atmen.*

Wenn das Kind jünger ist als 2 Jahre, legen Sie es mit dem Bauch auf Ihre Knie und geben ihm einige Klapsche auf den Rücken. Dann drehen Sie es um und drücken ihm fünfmal auf das Brustbein.

Beim grösseren Kind setzen Sie sich hinter das Kind, gleiten Ihre Arme unter seine Arme und umschlingen es auf Brusthöhe. Legen Sie eine Faust auf den Magen, die andere darauf. Drücken Sie kurz aber kräftig, indem Sie die Fäuste gegen oben zurücknehmen.

3. *Wenn Sie glauben, dass das Kind einen Pseudokrupp oder eine Bronchiolitis hat, halten Sie es im Badezimmer **sitzend** auf dem Arm und lassen Sie aus weit geöffnetem Hahnen oder der Dusche heisses Wasser laufen, um möglichst viel Dampf zu erzeugen.*



Wenn das Kind trotz dieser Massnahmen Mühe hat mit Atmen,
wenn es sich an einem Gegenstand verschluckt hat und ihn
nicht mehr ausspuckt,
wenn es bewusstlos wird,

bestellen Sie eine Ambulanz (Tel. 144).

Wenn das Kind nicht atmet, beginnen Sie mit einer Wiederbe-
lebung, wenn Sie diese gelernt haben.

Krämpfe

Ihr Kind ist hingefallen. Es reagiert nicht, wenn es angesprochen wird, und atmet laut; eventuell machen Arme oder Beine rhythmische Zuckungen. Das ist ein Krampfzustand, der durch **Fieber** (Fieberkrämpfe siehe Seite 8), eine heftige Erschütterung des Schädels oder durch eine Epilepsie verursacht ist.

Erste Massnahmen

1. *Bleiben Sie ruhig. Krämpfe hören meistens nach wenigen Minuten von selber auf und schädigen das Gehirn nicht.*
2. *Sorgen Sie dafür, dass sich das Kind nicht verletzen kann (durch das Aufschlagen auf einen harten Gegenstand).*
3. *Betten Sie das liegende Kind auf die Seite oder in Bauchlage und ziehen Sie ihm die Kleider aus.*
4. *Falls das Kind Fieber hat, ergreifen Sie fiebersenkende Massnahmen (für Fieber siehe Seite 6), geben Sie ihm aber nichts in den Mund, solange es bewusstlos ist.*



Wenn Ihr Kind zum ersten Mal einen Krampfanfall mit oder ohne Fieber erlitten hat,

wenn der Krampf auf einen Sturz auf den Kopf folgt,

wenn Ihr Kind früher bereits Krämpfe ohne Fieber erlitten hat und der gegenwärtige Anfall länger als 10 Minuten dauert,

Rufen Sie die Ambulanz (Tel. 144).



Wenn Ihr Kind schon Krampfanfälle gehabt hat und Sie der Zustand des Kindes nicht beunruhigt,

verständigen Sie innerhalb weniger Stunden den Kinderarzt.

Bewusstlosigkeit

Zu einem Zeitpunkt, an dem das Kind normalerweise wach ist, wirkt es wie tief eingeschlafen. Es atmet unregelmässig oder laut hörbar.

Erste Massnahmen

- 1. Bleiben Sie ruhig. Entkleiden Sie das Kind und betten Sie es zur Seite, stellen Sie den Fussteil des Bettes hoch.*
- 2. Fassen Sie das Kind an den Schultern, schütteln Sie es leicht und kneifen Sie es ins Ohrläppchen, wie um es aufzuwecken.*
- 3. Beobachten Sie seine Atmung.*



Falls das Kind das Bewusstsein nicht wiedererlangt,
rufen Sie eine Ambulanz (Tel. 144).

Falls das Kind das Bewusstsein wiedererlangt,
benachrichtigen Sie unverzüglich den Kinderarzt.

Vergiftungen



Vorbeugen ist besser als Heilen! Sorgen Sie dafür, dass nichts Giftiges in die Hände von Kindern unter 5 Jahren gelangen kann! Passen Sie ausserhalb der eigenen Wohnung ganz besonders auf!

Was Kinder an giftigen Stoffen finden können:

Küche	Entkalkungsmittel Siphonreiniger Waschmittel Abwaschmittel und Waschmittel für den Geschirrspülautomaten Javelwasser
Badezimmer	Putzpulver Medikamente Kosmetika
WC	Desinfektionsmittel Deodorants
Schlafzimmer	Medikamente Kosmetika
Wohnzimmer	Alkoholische Getränke Petrol für Petrollampen und Lampenöl Tabakwaren
Balkon/Garage	giftige Pflanzen Frostschutzmittel Benzin Karosserie-Pflegemittel
Hobbyraum	Bastel- und Fotochemikalien Gartenchemikalien giftige Pflanzen

Falls sich trotz aller Vorsicht eine Vergiftung ereignet ...

Erste Massnahmen

1. *Versuchen Sie nicht, das Kind zum Erbrechen zu bringen (ausser auf ärztliche Anweisung).*
2. *Versuchen Sie herauszufinden,*
 - *welche Giftsubstanz*
 - *in welcher Menge*
 - *zu welchem Zeitpunkt verschluckt wurde.*
3. *Achten Sie darauf, ob das Kind irgendwelche ungewöhnlichen Symptome zeigt.*
4. *Wie **schwer** ist Ihr Kind?*



Rufen Sie auf jeden Fall unverzüglich den Kinderarzt oder das Tox-Zentrum in Zürich an (Tel. 145); diese werden von Ihnen die oben erwähnten Angaben erfragen und Sie beraten, was Sie weiter tun sollen.

Nicht vergessen: Falls man Ihnen rät, ins Spital zu gehen, fahren Sie nicht mit dem Kind allein. Vergessen Sie auch nicht, das eingenommene Produkt inklusive Verpackung, bereits Erbrochenes und ein Becken mitzunehmen!



Rufen Sie eine Ambulanz (Tel. 144),

wenn das Kind bewusstlos ist oder unregelmässig atmet.

Unfälle



Auch in diesem Bereich gilt: Vorbeugen ist besser als Heilen! Seien Sie besonders vorsichtig mit Dampf-Luftbefeuchtern, mit Pfannen und Teekesseln, die mit heissem Wasser gefüllt sind, mit Steckdosen, Swimming-Pools, Biotopen ... und vielem anderem!

Siehe auch Empfehlungen der Beratungsstelle für Unfallverhütungen bfu.



Verbrennungen

Erste Massnahmen

1. Kühlen Sie nur die verbrannte Stelle sofort mit fliessendem lauwar-
mem Wasser (15–20°) ab, nachdem Sie – falls nötig und möglich
– die betroffene Hautstelle von Kleidungsstücken befreit haben.
Reissen Sie Kleider, die auf der Haut kleben, nicht ab.

Achtung: Säuglinge, bewusstlose Kinder oder grossflächige Ver-
letzungen sollten nicht gekühlt werden.

2. Verabreichen Sie Paracetamol als schmerzstillendes Medikament.
3. Falls die Kleider des Kindes brennen, löschen Sie sie mit kaltem
Wasser oder hüllen Sie das Kind in eine Decke aus **nicht synthe-
tischem Material**.



Auch wenn die Verbrennung oberflächlich scheint oder nur
eine kleine Fläche betrifft,

benachrichtigen Sie den Kinderarzt!



Falls die Verbrennung tief erscheint oder grossflächig ist,
bringen Sie das Kind sofort ins Spital!

- Achtung:**
- Verbrennungen im Bereich des Gesichts, der Hände und
der Füsse sowie der Geschlechtsteile müssen in jedem Fall
von einem Arzt begutachtet werden.
 - Nie Fett, Gaze oder Verbandwatte auf eine Brandwunde
geben.
 - Niemals Brandblasen selber aufstechen.

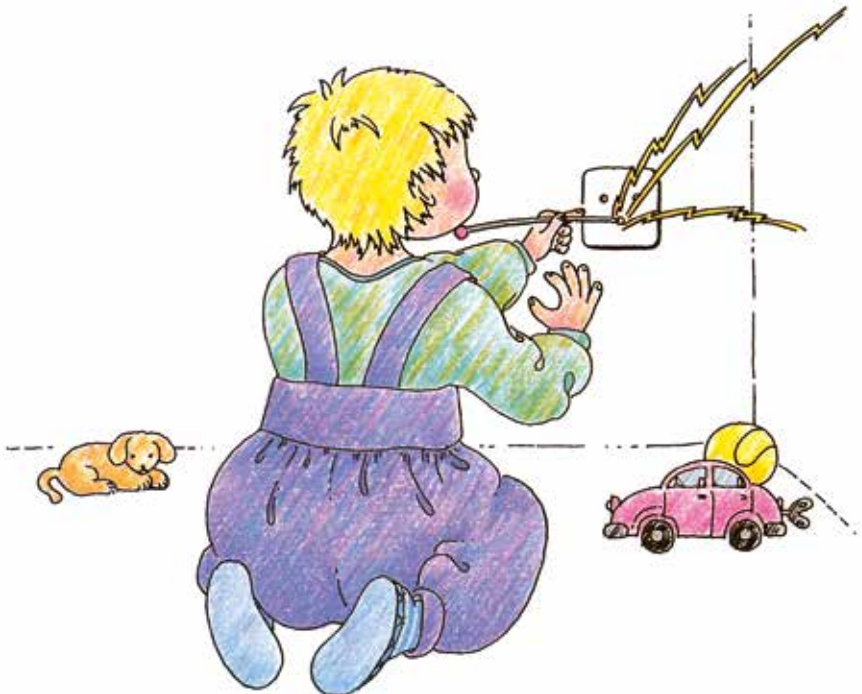
Stromunfälle

Erste Massnahmen

1. Schalten Sie die Stromquelle aus, **bevor** Sie das Kind **berühren**. Falls dies nicht möglich ist, trennen Sie das Kind mit einem nicht metallischen Gegenstand von der Stromquelle. Ihre **Hände** müssen dabei **trocken** sein.
2. Vergewissern Sie sich, dass das Kind bei Bewusstsein ist. Falls das Kind bewusstlos ist und Sie Wiederbelebungstechniken kennen, wenden Sie diese an.
3. Prüfen Sie, ob das Kind Verbrennungen erlitten hat; trifft dies zu, so kühlen Sie die verbrannte Haut mit lauwarmen Wasser (siehe S. 35).



Rufen Sie die Ambulanz (Tel. 144) und fahren Sie mit den Wiederbelebungsmassnahmen fort, falls das Kind immer noch bewusstlos ist.



Ertrinken

Erste Massnahmen

1. Ist das Kind bei Bewusstsein, hüllen Sie es in eine Decke oder trockene Kleidungsstücke, nachdem Sie es entkleidet haben.



Ist das Kind bewusstlos, beginnen Sie – falls Sie dazu in der Lage sind – sofort mit Wiederbelebungsmaßnahmen. Rufen Sie eine Ambulanz (Tel. 144).

Achtung: Bringen Sie das Kind – auch wenn es bei Bewusstsein ist – auf jeden Fall ins Spital. Komplikationen können auch einige Stunden nach dem Unfall eintreten.



Der Säugling von 0 bis 3 Monaten

Ihr Säugling

- hat einen guten Appetit,
- erbricht wenig oder gar nicht,
- hat einmal oder mehrmals täglich Stuhlgang,
- hat kein Fieber (unter 38 Grad),
- schreit kräftig.

Sie brauchen sich also keine Sorgen zu machen, auch wenn er ...

- zwischen 19 und 22 Uhr ununterbrochen schreit (dies ist zwar unangenehm, aber normal),
- weint und dabei rhythmisch die Beine anzieht: Dies deutet auf «Koliken» hin: Fragen Sie Ihren Kinderarzt um Rat,
- gestillt wird und seit mehreren Tagen keinen Stuhl gehabt hat: Dies kann vorkommen, wenn er ausschliesslich Muttermilch erhält; fragen Sie den Kinderarzt, falls sich das Kind dabei unwohl fühlt.

Aber ...

- falls das Kind über 38 Grad Körpertemperatur hat,
- falls es sich ungewöhnlich verhält (insbesondere kraftlos weint),
- falls es häufig und «in hohem Bogen» erbricht,
- falls seine Stühle sehr dünn und sehr häufig sind (selbst wenn das Kind gestillt wird),
- falls sein Nabel gerötet oder violett und eitrig ist,



verständigen Sie rasch den Kinderarzt!

Herausgegeben von der Schweizerischen Gesellschaft für Pädiatrie

Autoren:	Dr. I. Germann-Nicod Dr. J. Racine Stamm
Deutsche Adaptation:	Dr. U. Lips Dr. S. Gschwend-Eigenmann
Titel der französischen Originalausgabe:	Vincent, Sophie et les autres ... © 1995, Dr. I. Germann-Nicod
© 1995	Dr. I. Germann-Nicod 13. Auflage 2013
Zeichnungen:	Werbeatelier HP. & E. Meier, Bern
Satz und Druck:	s+z:gutzumdruck, Brig-Glis

Diese Broschüre wurde realisiert
mit der Unterstützung von



ssp sgp

SWISS SOCIETY OF PAEDIATRICS

Ihre Ärztinnen und Ärzte für Kinder und Jugendliche

Les médecins de vos enfants et adolescents

I medici dei vostri bambini e adolescenti