



Dr. med. univ.

KARL WAGNER

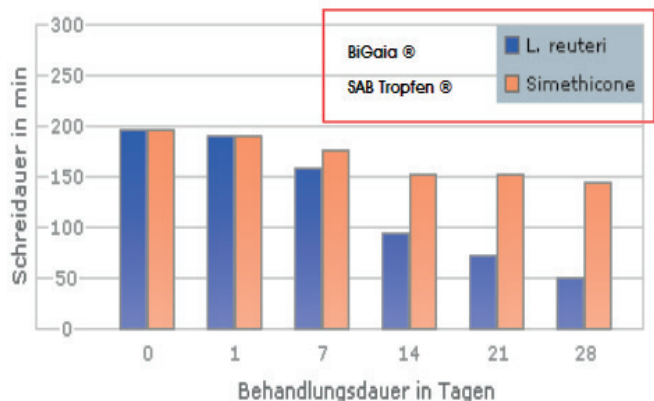
Facharzt für Kinder- und Jugendheilkunde
Bahnhofstraße 6/3 | 2640 Gloggnitz

Tel.: 0680 / 220 73 16 | www.kinderarzt-wagner.at | info@kinderarzt-wagner.at

Die "Drei-Monats-Koliken"

Viele Säuglinge haben im Alter von 2 Wochen bis etwa 3(-6) Monaten mit Blähungen und dadurch Bauchschmerzen zu kämpfen. Oft liegt es daran, dass die beim Trinken geschluckte Luft zu wenig „aufgestoßen“ wird und damit den langen weiten Weg durch den Darm gehen muss. Aber auch die Darmflora des Säuglings ist anfangs noch sehr unreif (d.h. wenig mit Darmbakterien besiedelt) und muss sich erst allmählich aufbauen und somit stärken. Daher ergeben sich folgende Empfehlungen:

- Achten Sie auf **ausführliches Aufstoßen** zumindest nach jeder Mahlzeit, eventuell auch schon nach halber Trinkmenge – je mehr desto besser! Viele Babys können am Anfang noch nicht so gut aufstoßen – bitte umso häufiger „üben“: auf der Schulter der Eltern oder in leichter Schräg-Rückenlage.
- Vermeiden Sie als stillende Mutter **blähende Nahrungsmittel**.
- **Stimulationen mit dem Fieberthermometer**: Salbe auf die Spitze des Thermometers, dann etwa 1,5cm in den Anus einführen und unter sanften, leicht kreisenden Bewegungen das Baby zum Pressen stimulieren – dadurch kommt oft Stuhl und Luft, zur Erleichterung aller!
- Tragen im „**Fliegergriff**“: am Unterarm liegend mit dem Gesicht nach unten, das Baby liegt dabei mit dem Bauch direkt auf der Handfläche des Tragenden: So können die Blähungen oft etwas leichter heraus.
- **Simethicon-Tropfen**: (z.B. Sab Simplex®, Lefaxin®, Antiflat®) setzen die Oberflächenspannung von großen Gasblasen herab. Damit wird der Schaum im Stuhl zum Zerfallen gebracht, wodurch die Luft nicht so große Beschwerden verursacht und leichter heraus kommen kann.
Dosierung: 4x tägl. 10 Tropfen SAB Simplex
- **Kümmelzäpfchen** oder **homöopathische Zäpfchen**: Durch Kümmelzäpfchen wird mittels eines natürlichen Wirkstoffs die Neigung zur Ausbildung von Blähungen gemildert. Viburcol-Zäpfchen® zeigen bei Unruhezuständen oder Angespanntheit eine sehr gute Wirkung und helfen Ihrem Kind sich zu entspannen und zur Ruhe zu kommen.
- **Lactobacillen**: (Dropchen®, BiGaia®): Diese probiotischen Bakterien unterstützen den Aufbau der gesunden Darmflora Ihres Kindes und wirken verdauungsfördernd. Dadurch leiden die Kinder weniger an Bauchkoliken, aber auch seltener an Durchfällen, Verstopfungen, sowie allgemein weniger an Infektionen.
Dosierung: DROPCHEN 1x tägl. 10 Tr.
BIGAIA 1x tägl. 5 Tr.



Quelle:
Modifiziert nach Savino F et al. Lactobacillus reuteri ATCC 55730 versus Simethicone in the treatment of infantile colic: a prospective randomized study. Pediatrics. 2007; 199: 124-130

Studie: Vergleich von SAB Simplex® und BIGAIA®

90 voll gestillte Kinder (21 bis 90 Tage alt) wurden zufällig in 2 Gruppen geteilt: Die Test-Gruppe erhielt über ein Monat Lactobacillus reuteri (108 Units täglich), die Kontroll-Gruppe SimethiconTropfen (2x60mg täglich). Bereits nach einer siebentägigen Therapie mit Lactobacillen zeigte sich eine klar geringere Schreizeit. Dieser Effekt steigerte sich kontinuierlich bis zum Studienende, sodass Kinder in der Test-Gruppe nach vier Wochen täglich im Mittel 94 Minuten weniger weinten als Kinder in der Kontroll-Gruppe.