



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

Das 2.-3. Lebensmonat

In den nächsten Wochen wird ihr Kind große Entwicklungsfortschritte machen, welche im Folgenden für Sie zum Nachlesen kurz zusammen gefasst sind. Zu Beginn aber werden wir noch auf Fragen zu Ernährung und Medikamenten eingehen:

Ernährung:

Wie weiß ich ob mein Kind genug trinkt?

Das Geburtsgewicht wird nach spätestens 2 Wochen erreicht und überschritten, die vorangegangene Gewichtsabnahme ist normal. Danach beträgt die Gewichtszunahme Ihres Kindes wöchentlich etwa 100-200 Gramm. Das Geburtsgewicht wird etwa im 6. Lebensmonat verdoppelt und um den ersten Geburtstag herum verdreifacht sein. Lassen Sie sich nicht verunsichern – nicht alle Säuglinge sind gleich: es gibt eben eher zartere Kinder und sehr wohlgenährte Babys. Wir werden regelmäßig Gewicht, Körperlänge und den Kopfumfang messen und mit Hilfe der Wachstumskurve dokumentieren.

Wie oft soll ich anlegen?

Nach den ersten Wochen hat sich in den Stillgewohnheiten schon ein bestimmter Rhythmus eingestellt. Ist genügend Milch vorhanden, reicht es, pro Mahlzeit jeweils eine Brust anzubieten. Bei der nächsten Mahlzeit ist dann die andere Brust an der Reihe. Die einzelnen Stillabstände betragen 2-4 Stunden.

Ab wann ist ein Zufüttern mit fester Nahrung sinnvoll?

Zufüttern von Breinahrung mit dem Löffel sollten Sie frühestens im 5. Lebensmonat beginnen.

Mein Kind erbricht häufig nach dem Trinken!

Viele Kinder erbrechen am Ende des Trinkens und manchmal auch erst Stunden später. Der Grund ist, dass der Ringmuskel, welcher den Magens nach oben zur Speiseröhre hin verschließt, anfangs noch sehr weit ist und leicht ein gewisser Nahrungsanteil zurück hinauf fließen kann, besonders dann, wenn darunter eine Luftblase von geschluckter Luft steht. Eine Abhilfe kann also das häufige und ausführliche Aufstoßen sein. Eine andere Maßnahme gegen diesen „Reflux“ (=Zurückfließen von Milch) wäre die Verwendung von „angedickter Milch“ – zB.

Aptamil AR (bitte erst nach gemeinsamer Rücksprache und Untersuchung verwenden). Mit dem Zufüttern von fester Nahrung im 5./6. Lebensmonat, wenn die Kinder dann auch zunehmend aufrecht sitzen, erübrigt sich dieses Problem meist von selbst.

Wozu benötigt mein Kind Oleovit-Tropfen?

Oleovit-Tropfen enthalten Vitamin D. Dieses braucht der Körper, um Calcium in die Knochen einbauen zu können. Dadurch wird einer Knochenerweichung vorgebeugt.

Was sind Konaktion-Tropfen?

In der 4.-6. Lebenswoche erhält ihr Baby einmalig vom Arzt eine zusätzliche Vitamin K-Gabe, zur Vorbeugung einer Vitamin-K-Mangelblutung.

Mein Baby hat Blähungen

Das Schlucken von Luft während des Trinkens ist vor allem in den ersten Lebenswochen etwas ganz Normales. Gelangt diese Luft in den Darm, so sind häufige Unruhezustände durch diese Blähungen die Folge. Die beste Vorbeugung wäre demnach das Aufstoßen der geschluckten Luft! Unterstützend haben sich sanfte Bauchmassagen im Uhrzeigersinn, das Tragen in Bauchlage auf Ihrem Unterarm („Fliegergriff“), sowie die Gabe von Fenchel- und Kümmeltee bewährt. Wichtig ist auch, dass Ihr Kind nach dem Trinken jeweils eine ausreichende Trinkpause zum Verdauen hat – deshalb die Empfehlung, mindestens 2-3 Stunden Abstand zu halten.

Ist schließlich diese Luft in den Dickdarm gekommen, zeigt sich das durch häufiges Pressen bzw. Stuhldrang. Auch das kann wehtun und zu vermehrten Schreiphasen führen. Hier kann ein digitales Thermometer an der Spitze mit Salbe eingeschmiert und dann vorsichtig, etwa 2cm weit in den After des Babys eingeführt werden. Durch leichte, kreisende Bewegungen mit dem Thermometer kommt dann oft reflexartig Stuhl und Luft – zur Erleichterung aller!



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

Wie oft soll mein Baby Stuhl haben?

Gerade wenn Sie Ihr Kind ausschließlich stillen, kommt es häufig zu Veränderungen der Stuhlfrequenz und -beschaffenheit. Meist haben die Kinder in den ersten Wochen bei jeder Mahlzeit Stuhl, und im Lauf des 2./3. Monats stellen sich längere Intervalle ein. Auch nur einmal in der Woche Stuhl zu haben, ist bei gestillten Kindern normal. Kinder die PRE-Nahrung bekommen, sollte zumindest an jedem zweiten Tag Stuhl absetzen. Stöhnen, rotes Gesicht, Anstrengung und manchmal auch Weinen sind dabei kein Grund zur Besorgnis.

Warum weint mein Baby?

Mehr als 15% aller Neugeborenen haben hin und wieder Tage, an denen sie drei Stunden und mehr schreien. Das ist durchaus normal und für sich noch kein Grund zur Beunruhigung. Nachdem es sich anfangs beim Weinen nur um Hunger gehandelt hat, entwickelt das Weinen mit der Zeit verschiedene Bedeutungen: Hunger, nasse Windel, Saugbedürfnis, Übermüdung, Schmerzen, Langeweile – alles ist möglich, das macht es jedoch nicht leichter. Man muss nun versuchen, sich in die jeweilige Situation einzufühlen und nicht jedes Mal die Brust oder ein Fläschchen zu geben. Wenn sich ihr Baby – völlig untypisch – für Stunden nicht beruhigen lässt, so ist jedoch eine sofortige ärztliche Kontrolle angezeigt.

Der Hunger wird größer!

Zwischen der 7. –12. Lebenswoche kommt es meist zu einem starken Wachstumsschub. Die Kinder haben dadurch entsprechend mehr Hunger. Sie müssen ihr Kind dann eben kurzfristig öfters anlegen oder zwischendurch ein Extrafläschchen geben.

Wann ergibt sich ein Tag-Nachtrhythmus?

Neugeborene schlafen bis zu 20 Stunden täglich. Sie haben sich noch nicht an einen Tag-Nacht-Rhythmus gewöhnt und wachen meist alle 2-3 Stunden auf, um zu trinken. Erst mit etwa 6 Monaten verlängern sich die nächtlichen Schlafperioden des Säuglings. Dann erst muss nachts nicht mehr gefüttert werden. Aber bis es soweit ist, wird die Nachtruhe leider mehr oder weniger oft gestört sein.

Wie erlernen die Kinder den Unterschied zwischen Tag und Nacht?

Im Erlernen des Tag-Nachtrhythmus spielt das Licht, dem das Baby ausgesetzt ist, eine

wesentliche Rolle. Daher sollte das Baby seinen Mittagsschlaf bei Tageslicht machen und nicht in einem komplett abgedunkelten Raum. Wenn es das Wetter erlaubt, ist auch ein Schlaf im Freien durchaus empfehlenswert. Nachts sollte nicht alles hell erleuchtet werden – ein schwaches Nachtlicht reicht.

Tipps für einen guten Schlafrhythmus

Beginnen Sie schon früh damit, die letzte Mahlzeit abends schon frühzeitig auf die Zeit des Zubettgehens der Eltern abzustimmen, auch wenn sie noch nach Bedarf Stillen oder Fläschchen geben. Beispielsweise können sie ihr Baby abends zwischen 22 und 24 Uhr noch einmal zum Trinken wecken. Achten sie darauf, dass es richtig wach ist, damit es ausreichend trinkt. So gewöhnen sie ihr Baby früh an einen ersten Rhythmus und erreichen, dass es nach einer Weile von selbst zu dieser Zeit wach und hungrig wird. Anschließend folgt für Sie und Ihr Baby hoffentlich eine längere Schlafphase.

Ab welchem Zeitpunkt sollte man mit Schutzimpfungen beginnen?

Üblicherweise beginnt man im 3. Lebensmonat mit den Impfungen. Dies hängt mit dem Nestschutz und dem Aufbau der kindlichen Immunität zusammen. Mir ist klar, dass kaum ein Thema so kontrovers diskutiert wird, jedoch sollte man auf die Standardimpfungen keinesfalls verzichten – sie schützen vor lebensbedrohlichen Krankheiten. Gerne bespreche ich mit Ihnen jeweils vor den Impfterminen Sinn und Zweck der einzelnen Impfungen.

Entwicklung:

Wie schnell wächst mein Baby?

In den ersten Lebensmonaten wächst der Mensch so rasch, wie später nie wieder in seinem Leben: zwischen dem 1. und 3. Lebensmonat legen Babys durchschnittlich 3,5 cm pro Monat an Länge zu. Aber auch 1,5 Zentimeter bzw. 5,5 cm sind normal.

Wie gut sieht mein Baby?

Während das Sehvermögen in den ersten Wochen noch sehr grob war – das Baby erkennt hauptsächlich anhand von Umrissen – sieht es nun immer besser. Im Alter von 3 Monaten kann der Säugling nun bereits einzelne Gesichtsmarkmale erkennen. Dadurch wird es ihm möglich, auf die Gesichtsausdrücke seines



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

Gegenübers zu reagieren. Das Baby beginnt nun auch schön langsam das Lächeln der Mutter mit der entsprechenden Gefühlsregung zu assoziieren.

Darf ein Baby schielen?

In den ersten Wochen kann es vorkommen, dass manchmal ein Auge „wegrutscht“. Dauerndes Abweichen eines Auges ist jedoch krankhaft und gehört behandelt. Darum werde ich bei den Terminen regelmäßig die Augen ihres Kindes untersuchen. Mit 2 Jahren sollte aber routinemäßig jedes Kind einem Augenarzt vorgestellt werden.

Wann kommt eigentlich der erste Zahn?

Zwischen dem 5. und 8. Monat bekommen die allermeisten Babys ihren ersten Zahn. Gegen Ende des 3. Monats beginnt das Baby, an seiner Faust herum zu kauen und oft auch vermehrt zu speicheln. Hier geht es aber um das Erlebnis des Kauens, bzw. der verschiedenen Geschmäcker der Hand und nicht so sehr um den bevorstehenden Durchbruch der Zähne. Dabei kann die Faust oft auch so weit in den Mund gesteckt werden, dass es zum Erbrechen kommt. Angst davor, dass dabei schmutzige Hände abgeschleckt werden, braucht man nicht zu haben.

Wozu dient der Hüftultraschall?

Bei jedem Kind wird einige Tage nach der Geburt und dann ein zweites Mal in der 6.-8. Lebenswoche ein Hüftultraschall durchgeführt. Dabei geht es darum, ob die Hüftpfanne ein stabiles Dach und „Widerlager“ für den Oberschenkelkopf bildet. Die Ausreifung des Hüftgelenks wird in verschiedene Kategorien eingeteilt (Ia, Ib, IIa). All diese sind in den ersten Wochen in Ordnung, spätestens im 3. Monat sollten jedoch alle Kinder eine Ia oder Ib Hüften haben (a und b sind dabei gleich „gut“).

Ihr Baby lächelt Sie an!

Das zuvor öfters vorkommende und unbewusste „Engelslächeln“ verliert sich im Lauf der ersten Lebenswochen. Ihr Kind erkennt im 3. Monat nun ihr Gesicht genauer und kann auch ihr Lächeln wahrnehmen. Wenn sie es nun anstrahlen, wird es vielleicht kurz überlegen und dann oft bewusst zurücklächeln. Ein wunderschöner Moment.

Lernt mein Baby schon zuhören und sprechen?

Bereits im Mutterleib nimmt Ihr Baby die Laute Ihrer Umgebung wahr. So werden Sie oft bemerkt haben, dass es bei zu lauter oder ungewohnter Musik im Bauch zu strampeln beginnt. Im ersten und zweiten Monat wacht ein Kind bereits durch plötzliche Geräusche auf. Im dritten und vierten Monat bewegt es die Augen und dreht den Kopf bewusst zur Schallquelle. Nun freut es sich schon über klapperiges Spielzeug. Dies wird mit 7 Monaten auch mit einer genormten Rassel bei ihrem Baby überprüft. Parallel dazu entwickelt es seine Sprache: so wird es in den ersten zwei Monaten nur undifferenzierte Laute (Lachen, Gurgeln, Gurren) von sich geben. In den zwei Folgemonaten aber brabbelt es bereits in verschiedenen Tonhöhen vor sich hin und reagiert auch schon sehr aktiv auf die Stimme der Bezugsperson.

Die motorische Entwicklung des Kindes

Die Kopfkontrolle ist im ersten Monat noch sehr wackelig. Im Sitzen gelingt es nur ganz kurz, den schweren Kopf gerade zu halten. Die kleinen Hände werden die meiste Zeit zur Faust geballt, und gerne hält sich das Baby noch an den Fingern der Erwachsenen an. Bereits im zweiten Monat aber wird die Hals- und Rückenmuskulatur schon stärker und der Kopf kann im Sitzen schon für etwa 10 Sekunden gehalten werden. Immer öfter beginnt sich das Kind auf die Arme aufzustützen und die Umgebung kurz zu beobachten. Im dritten Monat ist die Körperbeherrschung schon viel besser. Auf dem Bauch liegend fühlt sich das Kind jetzt sicher, sodass es sich jetzt schon gut abstützen kann und den Kopf zu interessanten Dingen, wie einer Rassel, drehen kann. Im vierten Monat schließlich beginnt das Baby nach Dingen zu greifen und versucht sie schon in den Mund zu stecken. Diese Übung gelingt jedoch noch nicht immer und ist noch sehr anstrengend.