

Online-Ausgabe

Tages-Anzeiger
8021 Zürich
044/ 248 41 11
www.tagesanzeiger.ch

Medienart: Internet
Medientyp: Tages- und Wochenpresse
UUpM: 1'396'000
Page Visits: 16'811'803

[Online lesen](#)

Themen-Nr.: 516.011
Abo-Nr.: 3000996

Schlafmittel fürs Baby?

Von Jeanette Kuster, 23. Januar 2017



Von Nickerchen zu Nickerchen: Mit dem Nachwuchs werden die Nächte kürzer. (iStock)

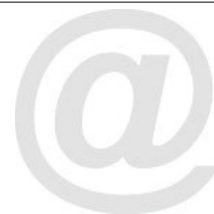
« Immer mehr Eltern geben ihren Kindern Schlafmittel », titelte das deutsche Magazin « Focus » vor Kurzem. Kinderärzte und Wissenschaftler würden diesen gefährlichen Trend zurzeit beobachten, heisst es im Artikel. Und es werden verschiedene Passagen aus Onlineforen zitiert, in denen verzweifelte Eltern berichten, dass sie ihren kleinen Kindern « als letzte Option » Schlafmittel verabreichen würden.

« Grauenhaft », schoss es mir beim Lesen durch den Kopf. Und ich fragte mich, ob das in der Schweiz auch so sei. Wieso auch sollte das Problem nur ennet der Landesgrenze bestehen?

Keiner fragt offiziell nach Schlafmittel

Dagmar Ambass, Psychotherapeutin und Mitarbeiterin der Stiftung Mütterhilfe gibt auf Anfrage Entwarnung: « Noch nie haben wir erlebt, dass Eltern uns fragen, ob wir Schlafmittel für das Kind empfehlen würden oder dass sie bei ihrem Arzt die Verschreibung von Schlafmitteln für das Baby erbeten hätten », sagt sie, « und wir beraten sehr häufig Eltern, die unter Schlafmangel leiden. » Ihr falle vielmehr auf, dass Eltern gewissenhaft darauf achten würden, potentiell schädlichen Stoffe wenn möglich von ihren Kindern fernzuhalten. « Ein einziges Mal in sieben Jahren Tätigkeit hat mir allerdings eine Mutter berichtet, dass ihr Kinderarzt ihr die einmalige Gabe eines schläfrig machenden Antiallergikums empfohlen hat, damit das neun Monate alte Kind erleben kann, wie es ist, durchzuschlafen. »

Auch bei der Elternberatung von Pro Juventute hat man noch nie davon gehört, dass Eltern ihre Kinder mit Schlafmitteln behandelt hätten. Dass das vorkommt, will man aber nicht kategorisch ausschliessen: «



Online-Ausgabe

Tages-Anzeiger
8021 Zürich
044/ 248 41 11

www.tagesanzeiger.ch

Medienart: Internet
Medientyp: Tages- und Wochenpresse
UUpM: 1'396'000
Page Visits: 16'811'803



Themen-Nr.: 516.011
Abo-Nr.: 3000996

Bestimmt ist die Hemmschwelle sehr gross, so etwas zuzugeben. »

Craniosacraltherapie statt Medizin

Klickt man sich durch die Schweizer Mütter - Plattform Swissmomforum.ch, trifft man zwar auf viele Threads zum Thema (Durch-)Schlafen, zu Schlafmitteln oder einschläfernd wirkenden Hustensirups raten sich die Mütter aber nicht. Höchstens « die Schlafhügeli von Omida » werden da empfohlen. Noch lieber aber schicken sich die Mamas gegenseitig zur Craniosacraltherapie oder zum Osteopathen.

« Unserer Meinung nach ist die Ausgangslage in der Schweiz eine andere als in Deutschland », sagt Reto Steinmann vom Apothekerverband des Kantons Zürich. An Kinder unter zwei Jahren erfolge die Abgabe von Schlafmitteln ausschliesslich auf ärztliche Verordnung. In den Apotheken werde zudem gefragt, für wen und warum der Bezug erfolge und bei Kindern unter 12 Jahren werde von der Einnahme abgeraten oder die Abgabe verweigert. « Ausserdem ist die Darreichungsform von Schlafmitteln für Kleinkinder meist nicht geeignet, da es sich um Tabletten handelt. Früher erhältliche Tropfen und Sirups sind nicht mehr im Handel » so Steinmann. Der Apothekerverband ist deshalb der Meinung, « dass damit in der Schweiz ein angemessener Schutzmechanismus eingebaut ist ». Dennoch gibt Reto Steinmann zu, dass es sich natürlich nicht ganz verhindern lässt, dass jemand diese Schutzmechanismen vorsätzlich umgeht.

Denn dass sich immer mehr Eltern unter Druck fühlen, weil das Kind nicht früh genug durchschläft, bestätigen mir alle Experten. « Oft wird den Eltern vom Umfeld vermittelt, dass jedes Kind durchschlafen kann und man als Eltern relevanten Einfluss aufs kindliche Schlafverhalten hat », heisst es bei der Elternberatung. Natürlich kann man als Mutter oder Vater etwa durch Rituale und eine ruhige, reizlose Umgebung das Einschlafen fördern. Doch wie sehr ein Kind darauf anspricht, ist letztlich individuell. Häufig fehle auch die Gelassenheit, um dem Kind die nötige Sicherheit für das Ein- und Durchschlafen zu vermitteln, sagt Dagmar Ambass: « Viele Mütter wollen oder müssen schon nach wenigen Wochen an ihren Arbeitsplatz zurückkehren. Die Zeit, um das Baby in Ruhe bei seiner Anpassung an die fremde Welt zu begleiten, ist dadurch knapp bemessen. »

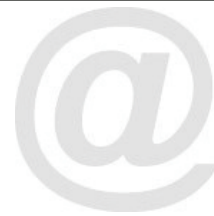
Ob Globuli oder Schlafmittel: dieselbe Botschaft

Kann man als Eltern diesem Druck irgendwann nicht mehr standhalten, erliegt man womöglich dem Reiz des vermeintlich so einfachen Weges, das Kind medikamentös ruhigzustellen. Wobei die Verzweiflung riesig sein muss, geht man damit doch ein immenses Risiko ein. Wie ein Experte gegenüber « Focus » sagt, können die Medikamente nämlich psychisch abhängig machen, innere Organe schädigen oder gar einen Atemstillstand verursachen. Für den Körper eindeutig schonender ist der Griff zu den im [Swissmom - Forum](http://Swissmom-Forum) erwähnten Globulis. Die Botschaft dahinter ist dennoch dieselbe: Das kindliche Schlafverhalten muss mit Medikamenten optimiert werden.

Aufwändiger, dafür nachhaltiger ist es, seine Situation mit einem Profi anzuschauen. Die Elternberatung zum Beispiel gibt Tipps, die auch mal ganz pragmatisch sein dürfen. Manchmal reicht es nämlich schon, sich beim nächtlichen Aufstehen ganz strikt abzuwechseln, damit einmal der Papa, einmal die Mama eine ruhige, erholsame Nacht geniessen kann. Und Dagmar Ambass appelliert daran, sich nicht dem Druck auszusetzen, perfekt funktionieren zu müssen, sondern die eigene Familie und ihre Bedürfnisse gegebenenfalls mithilfe einer Fachperson ganz genau anzuschauen und nach individuellen Lösungen zu suchen. « So gelingt es in der Regel gut, dass alle Familienmitglieder ohne den Einsatz von Medikamenten ihren Schlaf wiederfinden. »

Datum: 23.01.2017

Tages-Anzeiger



Online-Ausgabe

Tages-Anzeiger
8021 Zürich
044/ 248 41 11
www.tagesanzeiger.ch

Medienart: Internet
Medientyp: Tages- und Wochenpresse
UUpM: 1'396'000
Page Visits: 16'811'803

Online lesen

Themen-Nr.: 516.011
Abo-Nr.: 3000996



Jeanette Kuster ist zweifache Mutter, Journalistin und Kommunikations - Fachfrau. Sie hat bei verschiedenen Medien in den Ressorts Lifestyle und Kultur als Redaktorin gearbeitet. Sie lebt mit ihrer Familie in der Nähe von Zürich. Publiziert am 23.01.2017 Kategorie: Gesundheit Stichworte: Baby , Eltern , Gesellschaft , Psychologie , Schlaf

Folgen