

Dr. med. Susanne Hübschle, Kinder- und Jugendärztin
Dr. med. Albert Schneider, Kinder- und Jugendarzt
Hindenburgstr. 41, 75417 Mühlacker, Tel. 07041/2171, Fax 07041/5524
www.kinderaerzte-hs.de

Der plötzliche Säuglingstod

Jährlich versterben in Deutschland ca. 1000 Säuglinge am plötzlichen Säuglingstod, der damit die häufigste Todesursache im ersten Lebensjahr ist.

Als plötzlichen Säuglingstod bezeichnet man den plötzlichen und unerwarteten Tod eines scheinbar gesunden Säuglings. Der Tod tritt ohne erkennbare Ursache während des Schlafes ein.

Die Ursache des plötzlichen Säuglingstodes ist weiterhin unklar.

Es konnte jedoch eine Reihe von Faktoren ermittelt werden, die mit dem Auftreten des plötzlichen Säuglingstodes in enger Beziehung stehen.

Empfehlungen

um das Risiko des plötzlichen Säuglingstodes zu vermindern:

- **Stillen** Sie Ihr Baby nach Möglichkeit. Der plötzliche Säuglingstod tritt bei gestillten Kindern seltener auf.

- **Vermeiden Sie eine Überwärmung** oder einen Wärmestau bei Ihrem Baby, d. h. Kleidung, Raumtemperatur und Ausstattung des Bettchens sollten nicht zu warm sein.

Kinder, die älter als ca. 4 Wochen sind, brauchen im Haus nicht mehr Kleidung als die Erwachsenen!!

Die empfohlene Tagestemperatur liegt tagsüber bei 18 bis 20 Grad, nachts etwas niedriger.

Besonders bei Krankheit (Fieber) benötigt das Baby eher weniger Kleidung (um die Wärme abstrahlen zu können), niemals mehr! Wärmflaschen und Heizkissen sind überflüssig. Ob ein Baby friert, kann man am besten an der Stirn oder im Nacken feststellen; das Anfassen der Hände und Füße reicht nicht aus.

- Das Baby sollte so ins Bett gelegt werden, daß der Kopf nicht durch Bettzeug bedeckt werden kann:

- **am besten im Schlafsack**, oder

- am Fußende des Bettes, so daß das Baby nicht nach unten unter die Decke rutschen kann.

Kein Kopfkissen und kein Federbett; darin könnte das Kind sich verfangen und ersticken.

Kein Lammfell im Bett!

Keine Kopfbedeckung im Schlaf, keine gepolsterten Bettumrandungen und "Nestchen", keine

Windeln und Tücher im Kopf-, Hals- und Brustbereich (d. h., keine Spuckwindel unter oder auf das Baby legen)!

- Achten Sie auf eine **rauchfreie** Umgebung, in der Schwangerschaft und nach der Geburt!

- Säuglinge sollten **im elterlichen Schlafzimmer, aber im eigenen Bettchen** schlafen.

- Die **Rückenlage** ist am sichersten, die Bauchlage am gefährlichsten. Die Bauch- und Seitenlage sollten als Schlafposition solange wie möglich vermieden werden.