

# Schritte ins Leben

## Die ersten Monate eines Kindes



Dr. med. Jörg Hofmeister  
Kinder- & Jugendmedizin | Allergologie | Neonatologie

# Herzlich willkommen

zum Arzt-Patienten-Forum

der Kassenärztlichen Vereinigung Baden-Württemberg (KVBW)

in Kooperation mit der

VHS Nördlicher Breisgau



Alles Gute.

**KVBW** 

Kassenärztliche Vereinigung Baden-Württemberg

# Schritte ins Leben

## Die ersten Monate eines Kindes



Dr. med. Jörg Hofmeister  
Kinder- & Jugendmedizin | Allergologie | Neonatologie

# Einleitung?



Kinder haben eine angeborene Fähigkeit

- zur Bewegung und
- zur Kommunikation
- einen eigenen Blick auf die Welt um sie herum

Meine Motivationen als Vater und Kinderarzt:

- unsere Kinder auf dem Weg ihrer Entwicklung zu begleiten
- sie zu unterstützen ihre individuellen Fähigkeiten und Talente möglichst gut zu entwickeln.
- dafür gute Umgebungsbedingungen zu schaffen.



## ■ zu meiner Person:



Dr. med. Jörg Hofmeister

Kinder- & Jugendmedizin | Allergologie | Neonatologie

seit 1995 Kinder- und Jugendmedizin

- Kinderklinik Offenburg
- Kinder- und Jugendarztpraxis in Oberkirch
- St. Josefs Krankenhaus, Freiburg
- Universitäts-Kinderspital beider Basel

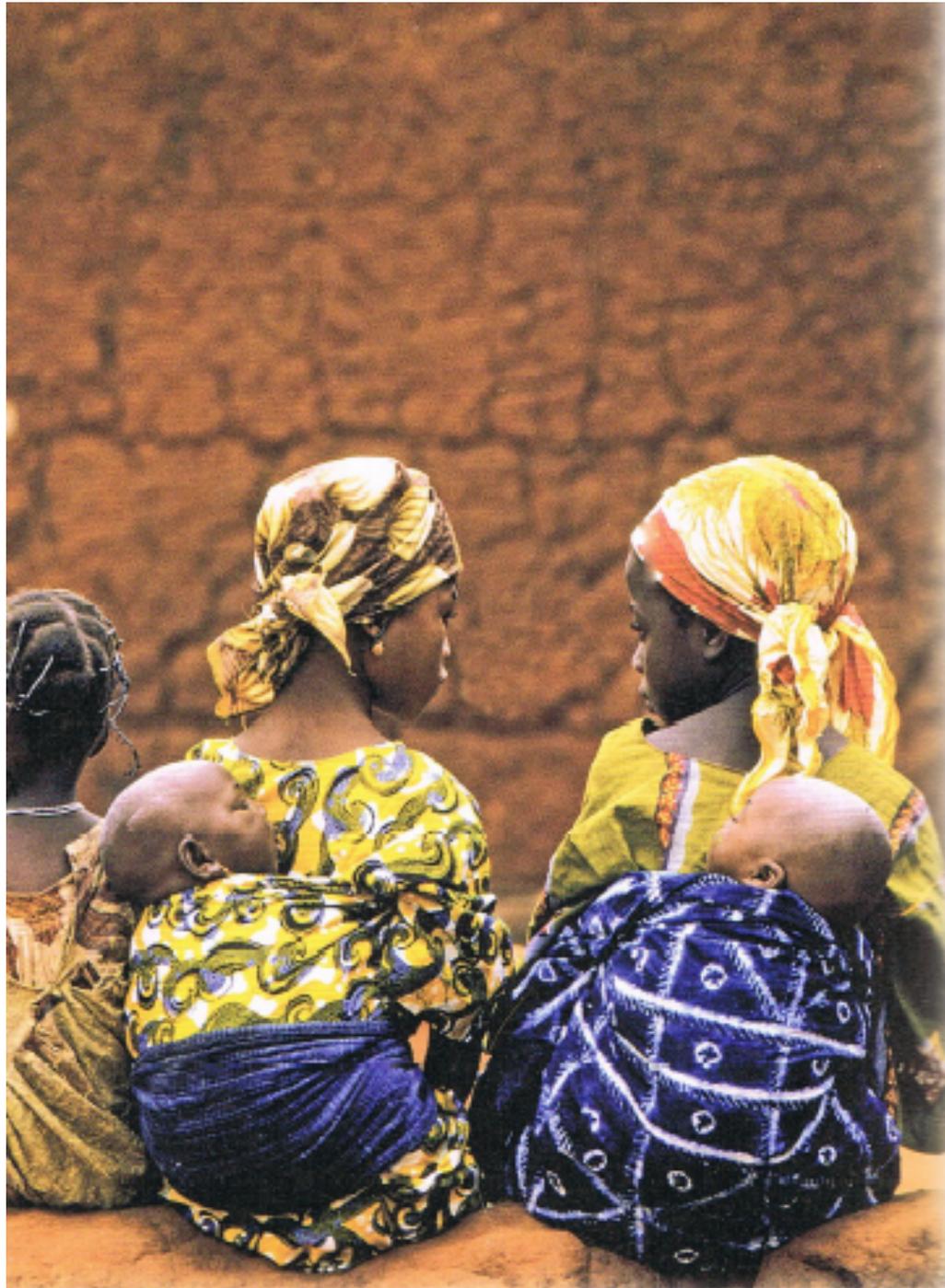
**Seit 2008** in eigener Praxis in Denzlingen,  
Schwarzwaldstr. 3

# Schwerpunkte heute Abend

- Gesunde Entwicklung
  - Was heißt das eigentlich?
  - Was gehört dazu?
- Gesund aufwachsen
  - Was können wir als Eltern dafür tun?
  - Was trägt der Kinderarzt dazu bei? (Untersuchungen, Beratung, Impfungen etc.)
- Das erste Mal krank
  - Erste Anzeichen häufiger Krankheiten im Säuglingsalter
  - Was können wir als Eltern tun?
  - Wann zum Kinderarzt? Was macht der Kinderarzt dann?

**Gesunde Entwicklung**

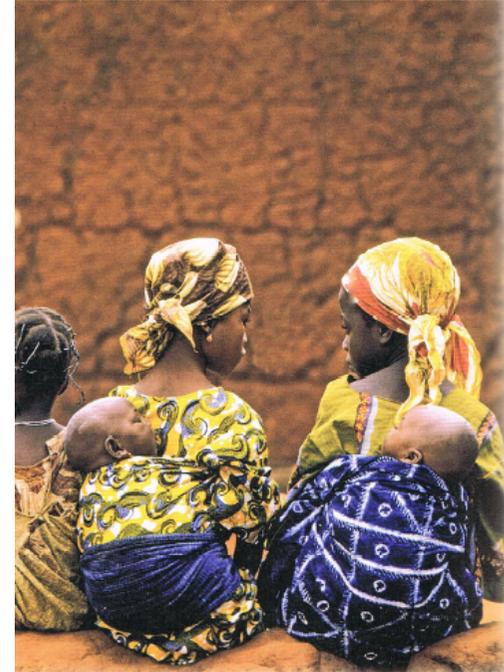
**Warum entwickeln sich Kinder überhaupt?**





# Warum entwickeln sich Kinder überhaupt?

- **Veranlagung?**
  - **Umgebung?**
- Was sind Antriebsfaktoren?
  - die Fähigkeit zu kommunizieren
  - die Fähigkeit über sich hinaus zu wachsen
  - der Wille die Welt zu verändern
- Was hilft?
  - Sichere Bindung
  - Raum für eigenes Tun
  - andere Kinder



# Sicheres Gebundensein?

**Der elementare Kraftstoff, mit dem Kinder durch das Leben kommen, heißt Liebe.**

Die hebräische Sprache etwa benutzt für den Begriff »lieben« ein anderes Wort und zwar »erkennen«. Und das macht Sinn.

Wir lieben unser Kind, indem wir es erkennen – es erkennen in dem, was es ist, was es uns zu sagen hat und was es von uns erhofft.

Liebevoll mit einem Kind umgehen heißt also auch, dass wir ihm nicht nur zuhören, sondern auch versuchen, es zu verstehen.

**Aus diesem Verständnis erwächst das, was Psychologen »sicheres Gebundensein« nennen – Es wachsen Kinder heran, die ihren Erwachsenen vertrauen und sich selbst etwas zutrauen.**

# Was hilft noch?

- liebevolle Omas und Opas, Paten, ...
- gute Kindergärten / Schulen / Vereine
- **„ein ganzes Dorf“**



# Wer oder was hemmt?

- Erwachsene die im Weg stehen (zu viel an Sorge, Erwartungen, Drill)
- fehlendes Vertrauen in die Kräfte und Talente unserer Kinder
- wenig andere Kinder in der Umgebung





# Nach der Geburt

- Adaptation (Kind stellt sich ein)
- Bonding / Bindung  
beginnt?
- „*Das Abenteuer Leben  
kann beginnen*“

## *Medizinisches:*

- Erstuntersuchung
- Vitamin K



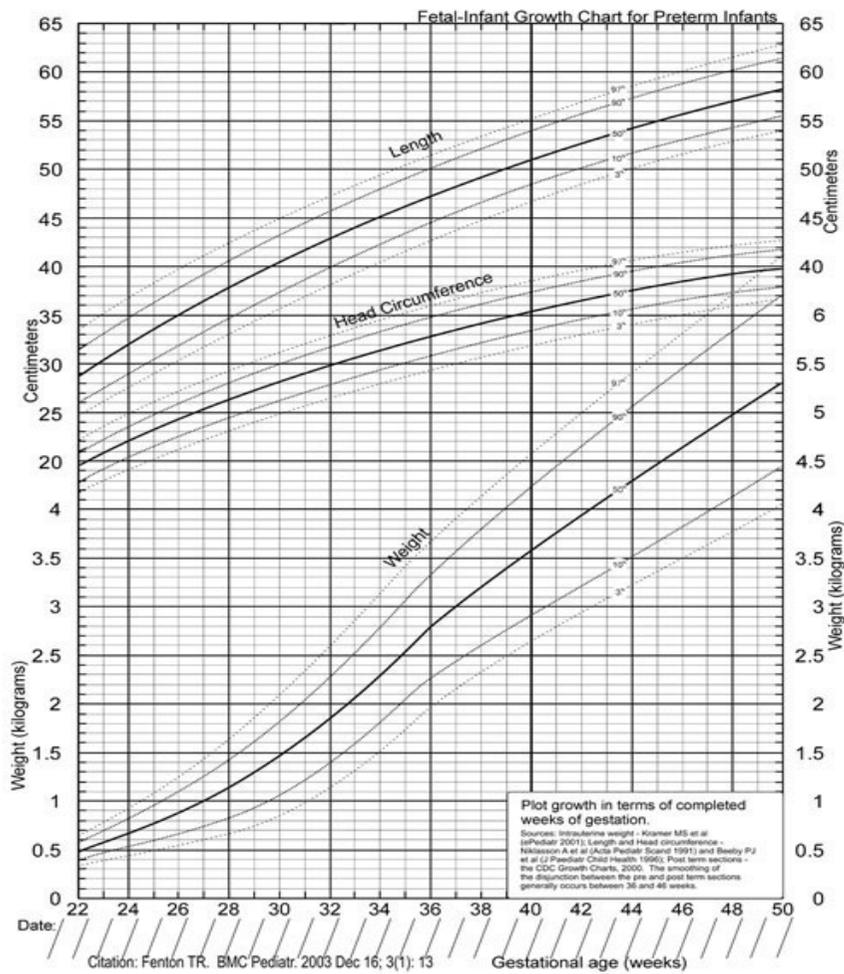
# APGAR Werte

	0	1	2
<b>Atmung</b>	keine	oberflächlich	schreit
<b>Puls</b>	kein	<100/min	>100/min
<b>Tonus</b>	schlaff	mittel	stark
<b>Aussehen</b>	blass/blau	Stamm rosig	rosig
<b>Reaktion</b>	keine	grimassieren	schreien

# Im Wochenbett

- Stillen
- Beziehung entwickelt sich
- Loslösung beginnt
  
- Gewichtsverlauf
- Vorsorgeuntersuchung

# Gewichtsverlauf



# U2: am 3.-10. LT

- **körperliche Untersuchung**

- Messen und Wiegen
- Vitamin K 2. Dosis
- Stoffwechselltest (Guthrietest)

- **Elternberatung**



Name: \_\_\_\_\_

Vorname: \_\_\_\_\_

Geburtstag: \_\_\_\_\_

Straße: \_\_\_\_\_

Wohnort: \_\_\_\_\_

Bringen Sie Ihr Kind zur Untersuchung:

<b>U2</b>	3. – 10. Lebenstag	vom:	bis:
<b>U3</b>	4. – 6. Lebenswoche	vom:	bis:
<b>U4</b>	3. – 4. Lebensmonat	vom:	bis:
<b>U5</b>	6. – 7. Lebensmonat	vom:	bis:
<b>U6</b>	10. – 12. Lebensmonat	vom:	bis:
<b>U7</b>	21. – 24. Lebensmonat	vom:	bis:
<b>U8</b>	43. – 48. Lebensmonat	vom:	bis:
<b>U9</b>	60. – 64. Lebensmonat	vom:	bis:

Diese Untersuchungstermine sollten Sie im Interesse Ihres Kindes bitte genau einhalten.

Wichtige Hinweise auf der folgenden Seite!

Beschlussdatum: Februar 2005

Herausgeber: Gemeinsamer Bundesausschuss,  
Auf dem Seidenberg 3a, 53721 Siegburg

# Zuhause

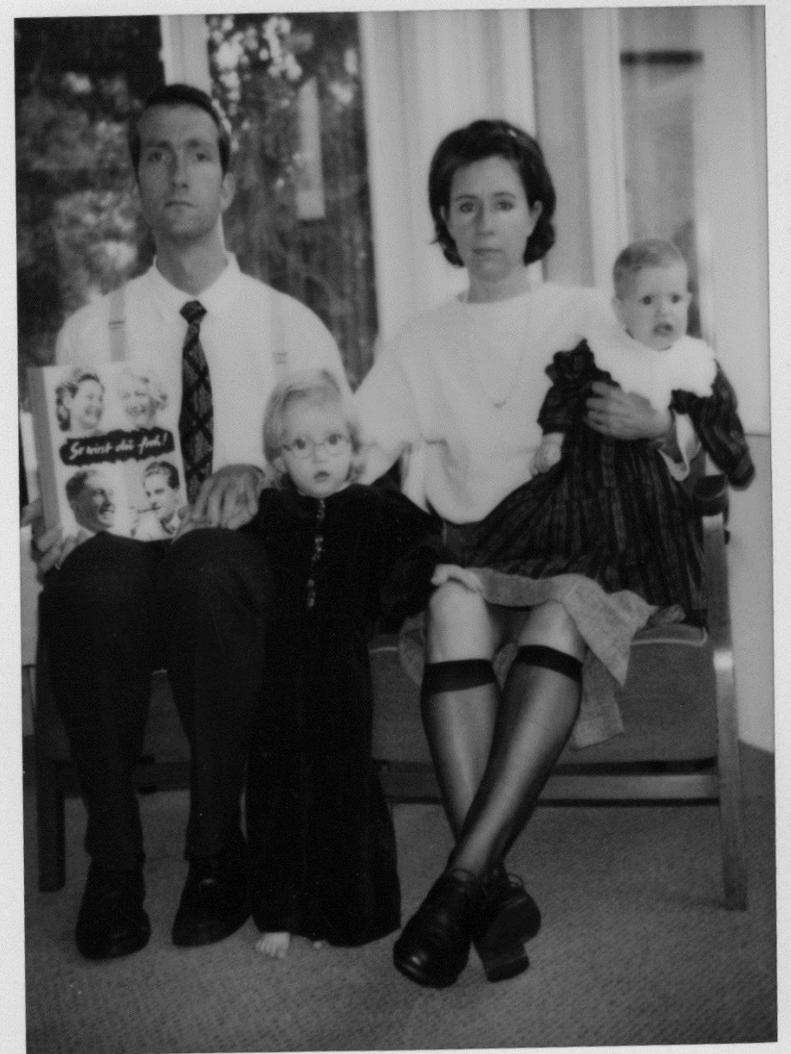
- „Alles ist anders!“
- Auch Unangenehmes
- „Hilfe wir haben Stress!“
- Günstige Schlafumgebung



Alles ist anders



Alles ist anders





Alles ist anders

# Unangenehmes



## Sieben Gründe fürs Schreien

Durch das Weinen will das Kind in der Regel seinen Eltern etwas sagen. Es betätigt seine Stimmbänder aus:

- Hunger. Meist drängend und rhythmisch, manchmal zornig, stets langgezogen. Hört das Baby beim Hochnehmen für mehr als nur einen »Überraschungsmoment« auf zu schreien, so ist es (noch) nicht hungrig
- Schmerz, z. B. bei Blähungen, Dreimonatskoliken, Wundsein oder Zahnen. Kurzatmiger, laut, schrill, oft panisch, mit wechselndem Rhythmus und Tonlage
- Langeweile. Eher »knarzelnd«, fragend
- Müdigkeit. Rhythmisch, nicht drängend, sondern klagend, oft reibt sich das Kind dabei die Augen
- Plötzlichem Erschrecken, z. B. durch einen Knall oder ungewohnte Geräusche. Aufziehend und »stotternd«, »ganz außer sich«, meist leicht zu »übertrösten«
- Überreiztheit oder Krankheit. »Gereizt«, schwer tröstbar
- Ungemütlicher Körperlage oder Umgebung. Kleine Babys, die sich noch nicht drehen können, weinen manchmal, weil sie mit ihrer Körperlage nicht einverstanden sind und Abwechslung brauchen. Auch gegen Kälte oder Überwärmung wird protestiert.

# Hilfe wir haben Stress

- „Zufrieden strahlende Hochglanzeltern“
  - Erwartungen, Eltern Glück, Ansprüche
    - z.B. Schreiendes unzufriedenes Kind
    - z.B. Stillschwierigkeiten
  - Versagensängste, Übermüdung
- Deligieren, Abgeben, Hilfe annehmen!
  - Abschied von der „alten Welt“
  - Eigene Bedürfnisse wahrnehmen

## Unsere Angebote ...

- sind für alle Eltern mit Babys und Kleinkindern von der Schwangerschaft bis zum dritten Lebensjahr
- bieten Klärung, Information und Beratung und vermitteln Hilfestellung in allen sozialen, finanziellen und persönlichen Krisensituationen
- sind wohnortnah – wir kommen bei Bedarf auch zu Ihnen nach Hause
- sind unabhängig von Religion oder Herkunft, freiwillig, kostenlos und vertraulich
- unterstützen Sie dabei, die Beziehung zu ihrem Kind zu vertiefen und schöne Momente mit ihrem Kind genießen zu können

## Wo sind wir ?

Sie finden uns  
in der Gartenstraße. 30  
79312 Emmendingen  
Telefon: 07641.451-3204 und -3205  
Mail: [fruehe-hilfen@landkreis-emmendingen.de](mailto:fruehe-hilfen@landkreis-emmendingen.de)  
Wir sind sowohl mit ÖPNV als auch mit dem PKW  
gut zu erreichen.  
Oder jederzeit im Netz:  
[www.landkreis-emmendingen.de](http://www.landkreis-emmendingen.de)



Gefördert vom



Bundesinitiative  
Frühe Hilfen

jung & alt  
Familienfreundlicher  
Landkreis Emmendingen

# Frühe Hilfen



Landkreis  
Emmendingen

## Die Geburt eines Kindes ist ...

- ein Wunder und ein Geschenk
- mit viel Freude, Hoffnung und Wünschen verbunden
- für alle jungen Eltern zugleich eine Herausforderung
- manchmal auch Auslöser von Unsicherheiten, Fragen und Ängsten

Um Schwangere und junge Mütter und Väter bestmöglich darin zu unterstützen, den Start ins Abenteuer Leben für sich und ihr Kind so liebevoll, sicher und gesund wie möglich zu gestalten, gibt es die Frühen Hilfen.

Unser Auftrag ist es, mit dazu beizutragen, dass es Eltern mit ihren Babys und Kleinkindern so gut wie möglich geht. Fragen und Schwierigkeiten sollen nicht so groß werden, dass sie Ihnen über den Kopf zu wachsen können.

Wir suchen gemeinsam mit Ihnen nach Lösungen. Wenn es nötig ist, vermitteln wir Ihnen auch praktische Hilfe.

## Vertrauen von Anfang an

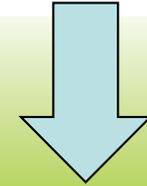
Durch eine positive und sichere Verbindung mit seinen Eltern erhält ein Kind eine gute seelische Ausrüstung für sein Leben. Es fühlt sich geborgen und beschützt und kann die Entwicklungsschritte erfolgreich bewältigen.

## Stark fürs Leben

Eine sichere Bindung zu Ihrem Kind macht Ihr Kind stark fürs Leben. Es entwickelt Selbstvertrauen, lernt seine Gefühle und Handlungen zu verstehen und zu steuern und kann mit innerer Sicherheit dem Leben und seinen Aufgaben besser begegnen. Spielen, wickeln, baden, füttern und gemeinsam Zeit verbringen sind die ganz normalen Dinge mit denen Sie den Kontakt und die Bindung zu ihrem Kind festigen und vertiefen.



## Wir bieten ...



- Beratung bei Fragen zur kindlichen Entwicklung und zur Erziehung
- Stärkung der Eltern-Kind-Bindung
- Vermittlung von Hilfen in Belastungssituationen

## Wir arbeiten zusammen mit:

- Frauen- und Kinderärzten
- Geburts- und Kinderkliniken
- Hebammen und Familienhebammen
- Gesundheits- und Kinderkrankenpflegerinnen
- Fachdiensten und Fachkräften aus dem Netzwerk Frühe Hilfen



## Unsere Angebote ...

- sind für alle Eltern mit Babys und Kleinkindern von der Schwangerschaft bis zum dritten Lebensjahr
- bieten Klärung, Information und Beratung und vermitteln Hilfestellung in allen sozialen, finanziellen und persönlichen Krisensituationen
- sind wohnortnah – wir kommen bei Bedarf auch zu Ihnen nach Hause
- sind unabhängig von Religion oder Herkunft, freiwillig, kostenlos und vertraulich
- unterstützen Sie dabei, die Beziehung zu ihrem Kind zu vertiefen und schöne Momente mit ihrem Kind genießen zu können

## Wo sind wir ?

Sie finden uns  
in der Gartenstraße. 30  
79312 Emmendingen  
Telefon: 07641.451-3204 und -3205  
Mail: [fruehe-hilfen@landkreis-emmendingen.de](mailto:fruehe-hilfen@landkreis-emmendingen.de)  
Wir sind sowohl mit ÖPNV als auch mit dem PKW  
gut zu erreichen.  
Oder jederzeit im Netz:  
[www.landkreis-emmendingen.de](http://www.landkreis-emmendingen.de)



Gefördert vom



Bundesinitiative  
Frühe Hilfen

jung & alt  
Familienfreundlicher  
Landkreis Emmendingen

# Frühe Hilfen



 Landkreis  
Emmendingen

# Schlafumgebung zur Reduktion des SIDS-Risikos



- ❑ Rauchfreie Umgebung
- ❑ Rückenlage
- ❑ eigenes Bettchen im Elternschlafzimmer
- ❑ 16 - 18°C
- ❑ Schlafsack, kein Kissen
- ❑ gestillt

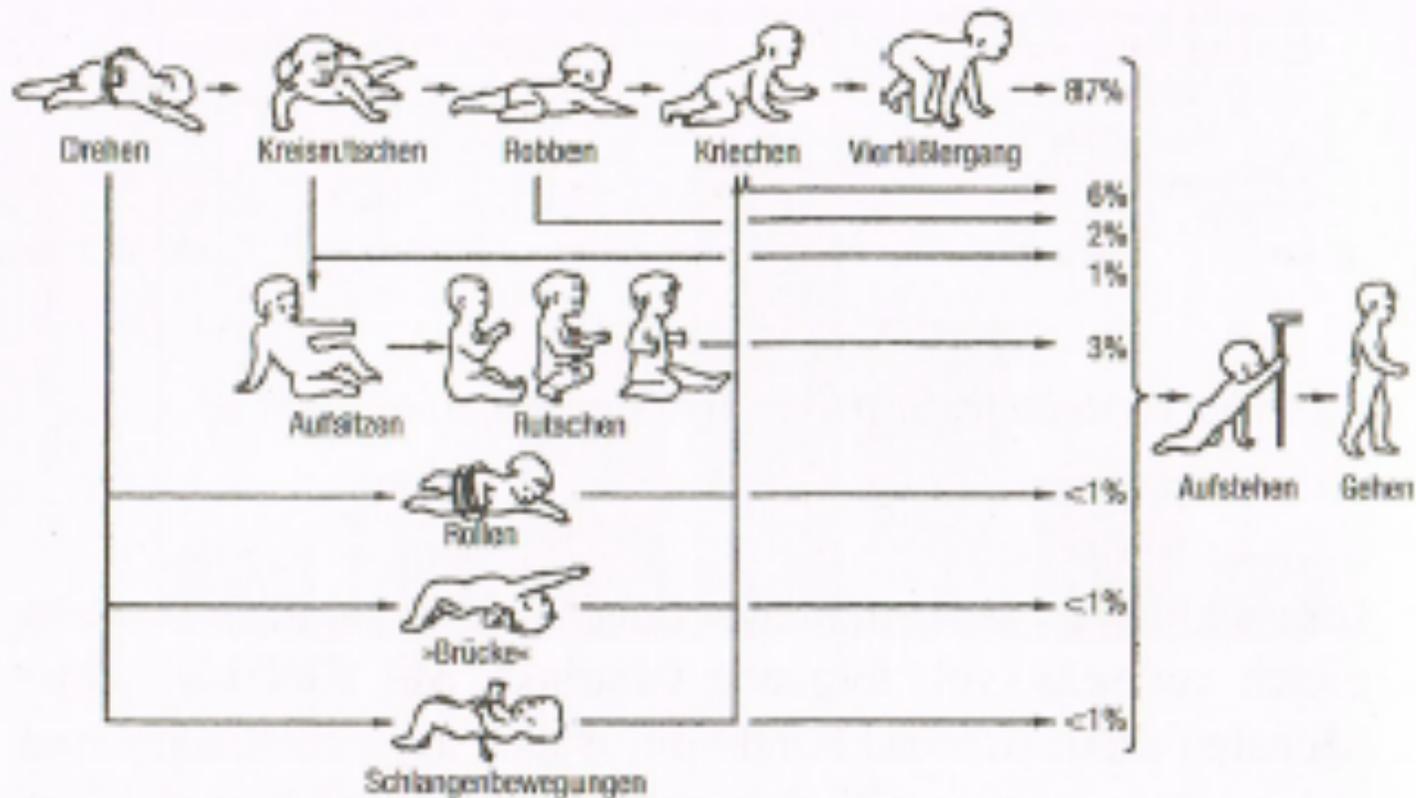
# Wann zum Kinderarzt?

- auffälliges Trinkverhalten
- Zunehmende Gelbsucht
- Fieber
- Sorgen der Eltern
  
- *Vorsorgeuntersuchungen*
- *Impfungen*

# Vorsorgeuntersuchungen

- Aktueller Gesundheitszustand
- Entwicklungsstand körperlich
- Entwicklungsstand von Eltern und Kind
- Prävention
  - Ernährung
  - Umfeld?
  - Impfstatus
- Fragen und Sorgen der Eltern!

# Wie läuft Entwicklung, laufen Reifungsprozesse ab?

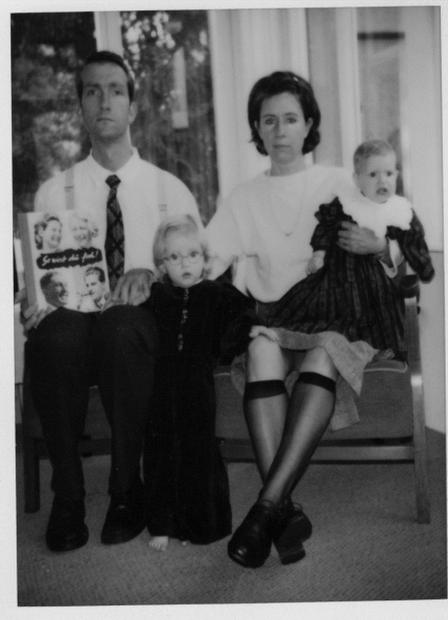


*Jetzige Vorstellung der Lokomotion (Largo 1985)*

# Meilensteine der Entwicklung

- Nahrungsaufnahme
- Kommunikation - Sprache
- Ausscheidungen
- primäre Bindung - eigenständiges Leben im Sozialverband

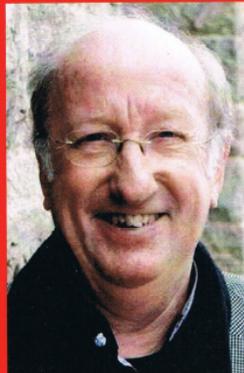
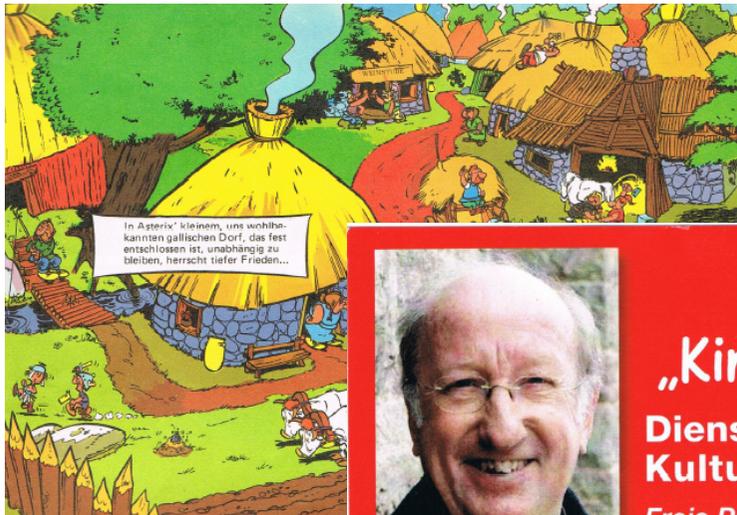
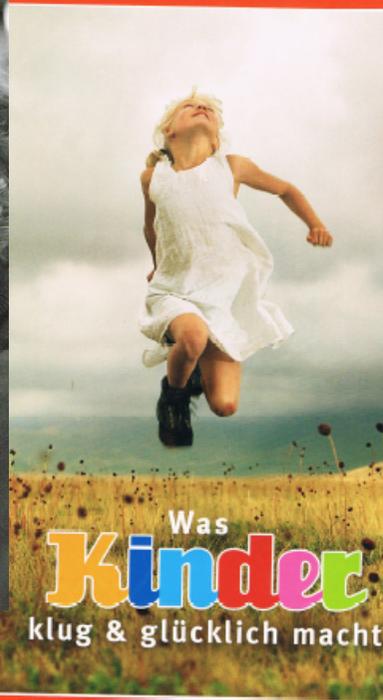




## Erziehung zur Selbstständigkeit und andere Entwicklungsziele.

- Was prägt unsere Erziehung?
- Woher kommen unsere Konzepte dazu?

# SPIEGEL SPECIAL



**Dr. Jan-Uwe Rogge**

## Das neue „Kinder brauchen Grenzen“

**Dienstag, 25. Oktober 2011, 20.00 Uhr  
Kultur- und Bürgerhaus Denzlingen**

Freie Platzwahl  
Eintritt: 10 €

Einlass: 19.00 Uhr  
Abendkasse: 12 €

Karten-Nr.:



# Was sind denn unsere Entwicklungs- oder Erziehungsziele?

- **Glücklich Leben**
- Selbstständig leben?
- einen guten Beruf lernen?
- in Familie leben?
  - Gesund bleiben
- Sozial engagiert sein
  - musikalisch sein?
- kreativ sein?
- ...



# Wie erziehen Eltern?

Autonom und unbeschwert?

**Nein!**

Wir erziehen aufgrund:

- unserer kulturellen und familiären Prägung
- unserer erlernten persönlichen Kompetenzen
- unserer psychischen Verfassung
- unserer sozialen Möglichkeiten

Und

- der Persönlichkeitsmerkmale unseres Kindes



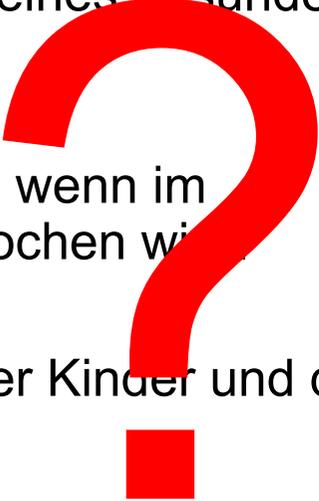
# Woher kommen unsere Zweifel, unsere Angst?



- Nachbarin
- Spielplatzeltern
- Schwiegermutter
- Freundin ohne Kind
- Freund mit Kind
- Erzieherin
- Therapeuten
- Lehrer
- Kinderarzt
- Elternheft
- Badische Zeitung
- Person in der Supermarktschlange hinter einem
- ...

„rund um die Uhr kontrollierender und gnadenlos diagnostizierender Verwandtschaft, ebensolchen Erzieherinnen, Lehrern, Ärzten!“

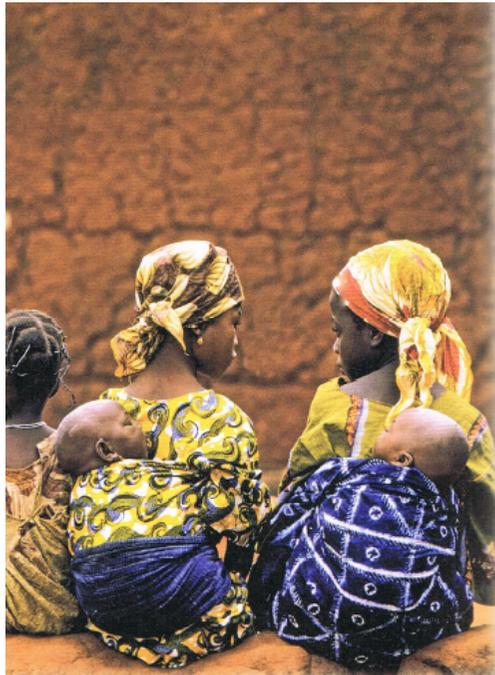
## Gern gehörte oder gelesene Meinungen / Empfehlungen

- „neueste Pflegeprodukte und spezielle Förderspielzeuge, ganz wichtig“
  - Babyschwimmen ermöglicht erst die Entwicklung eines gesunden Körpergefühls.
  - Die Intelligenz der Kleinen entfaltet sich schneller, wenn im Kindergarten Englisch oder gar Chinesisch gesprochen wird.
  - Das Tragen im Tragetuch schadet dem Rücken der Kinder und dem der Eltern.
  - Babys brauchen nur alle 3 Stunden an der Brust zu trinken
  - ...
- 

# Was können wir dem entgegensetzen?

- Blick auf die eigene Kindheit und eigene Entwicklung
- Seit Generationen entwickeln sich Kinder zu Erwachsenen
- Kinder haben ein seit Jahrtausenden erprobtes Repertoire an Entwicklungsmethoden zur Verfügung
- Ein „gut geölter Entwicklungsmotor“ ist vorhanden
- **„das Gras wächst nicht schneller, wenn man daran zieht“**  
afrikanisches Sprichwort

# Unsere Chancen als Eltern



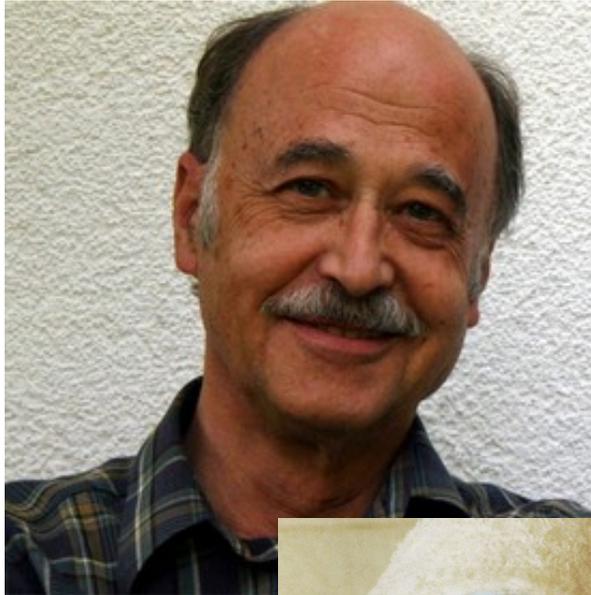
- primäre Bindung fördern
- Raum für selbstbestimmtes Tun geben
- unbeobachtetes Spiel mit anderen Kindern fördern
- Respekt und „Demut“ vor der Individualität des Kindes
- Vertrauen auf die angelegten Entwicklungspotentiale



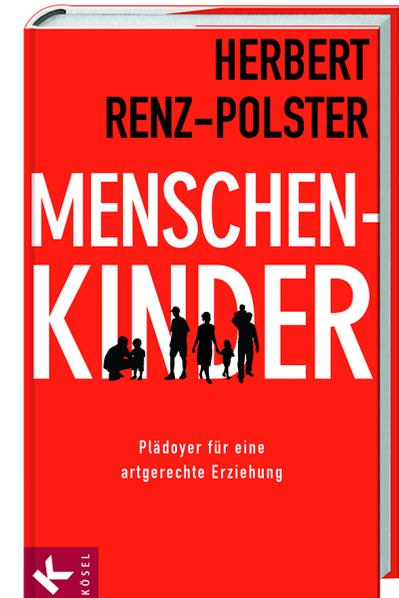


- „Für die Erziehung eines Kindes braucht man ein ganzes Dorf!“

# Anregungen:



Herbert Renz-Polster





Dr. med. Jörg Hofmeister

Kinder- & Jugendmedizin | Allergologie | Neonatologie



Herzlichen Dank für ihre Aufmerksamkeit!