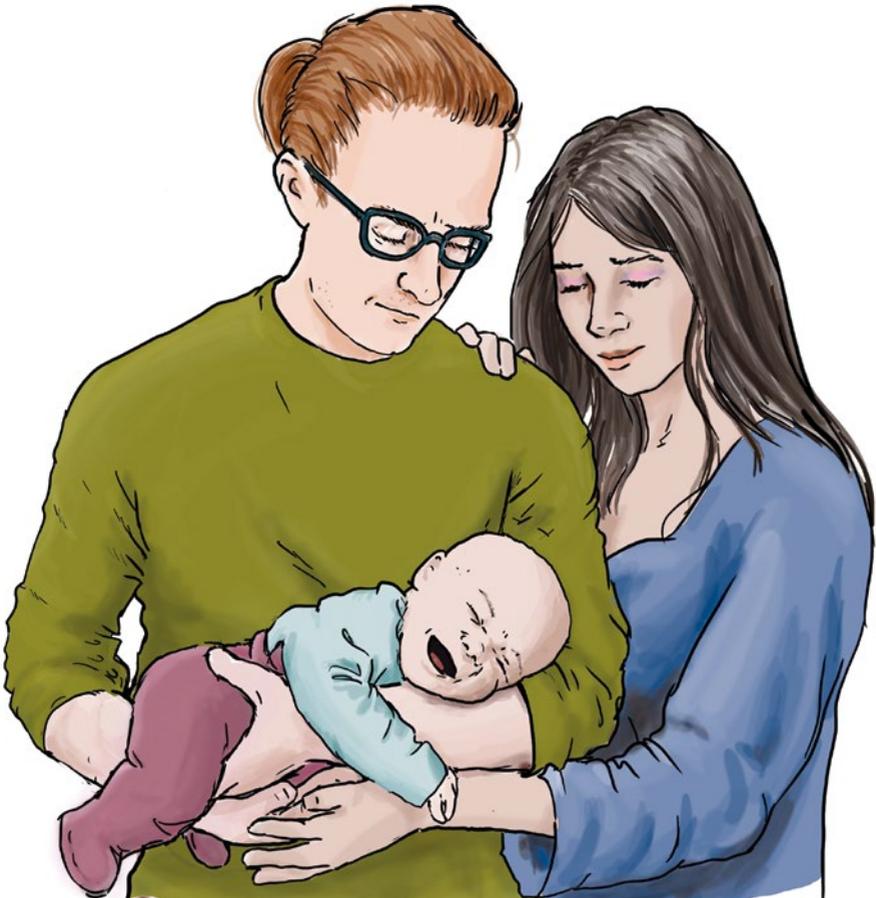


**Schütteln kann**

**Babys krank machen**



**In Leichter Sprache**



# Das Leben mit einem Baby



Sie haben sich auf Ihr Baby gefreut.

Sie erleben jetzt:

**So ist das Leben mit einem Baby.**

Sie kümmern sich gut um Ihr Baby.

Sie haben Ihr Baby lieb.

**Manche Sachen sind vielleicht schwierig.**

**Manche Sachen sind anstrengend.**

Zum Beispiel:

**Ihr Baby schreit** und weint sehr viel:

Obwohl Sie sich gut um das Baby kümmern.



**Ihr Baby will Sie nicht ärgern.**

Ihr Baby schreit nicht absichtlich.

## Impressum

### Wer hat den Text und die Bilder in Leichter Sprache gemacht?

Kirsten Scholz vom Büro für Leichte Sprache Köln hat den Text geschrieben und die Bilder gemalt. Dirk Stauber und Sarah Mambrini haben den Text auf Leichte Sprache geprüft.

Das Zeichen für Leichte Sprache ist von Inclusion Europe.



©Europäisches Logo für einfaches Lesen:  
Weitere Informationen unter: <https://www.inclusion-europe.eu/easy-to-read/>

### Herausgeber:

Nationales Zentrum Frühe Hilfen (NZFH) im Bundesinstitut für Öffentliche Gesundheit (BIÖG) in Kooperation mit dem Deutschen Jugendinstitut (DJI) e. V.  
<https://www.bioeg.de>  
<https://www.fruehehilfen.de>  
<https://www.elternsein.info>

**Redaktion:** Astrid Königstein, NZFH, BIÖG

**Gestaltung:** KLINKEBIEL GmbH,  
<https://www.klinkebiel.com>

**Artikelnummer:** 16000568

**Druck:** umweltbewusst produziert  
Warlich Druck Meckenheim GmbH,  
Am Hambuch 5, 53340 Meckenheim

**Auflage:** 4.100.11.25

**E-Mail:** [bestellung@bioeg.de](mailto:bestellung@bioeg.de)

# Darum schreien Babys

Babys können noch nicht sprechen.  
Babys können nicht sagen:  
Was sie wollen.



Zum Beispiel:

- Die Babys wollen essen
- Sie wollen schlafen
- Sie wollen bei den Eltern sein
- Sie brauchen eine neue Windel
- Sie möchten schmuse
- Sie möchten Ruhe haben

Das Baby schreit dann:  
Damit die Mutter oder der Vater sich kümmern.  
Alle kleinen Babys tun das.

**Es ist normal:**

**Wenn Ihr Baby manchmal schreit.**



Manchmal schreit das Baby:

Weil es **krank** ist.

Wenn Sie das glauben:

Sie können **zum Kinder-Arzt gehen.**

Oder zur Kinder-Ärztin.

# So können Sie Ihr Baby beruhigen

Sie haben Ihr Baby gewickelt und gefüttert.  
Das Baby schreit aber immer noch.



Sie können diese Sachen probieren:

→ Sie halten das Baby auf dem Arm.  
Sie **schaukeln das Baby vorsichtig.**



→ Sie **singen leise ein Lied.**  
Oder Sie erzählen eine Geschichte.



→ Sie legen das Kind hin.  
Sie **streicheln dem Kind den Bauch.**  
**Und den Rücken.**



→ Sie machen einen **Spaziergang** mit dem Kind.

**Versuchen Sie ruhig zu sein.**  
**Ihr Kind ist dann oft auch ruhiger.**

## Ihr Baby schreit immer noch



### **Manchmal gibt es keinen Grund:**

Warum das Baby schreit.

Manchmal schreit das Baby sehr lange.

### **Es ist für Eltern sehr schwierig:**

Wenn sie das Kind nicht beruhigen können.

Die Eltern haben aber **keine Schuld**.

Das Baby hat auch keine Schuld.



### **Gut zu wissen:**

**Babys schreien viel weniger:**

**Wenn sie älter sind als 4 Monate.**

## So halten Sie Ihr Baby richtig



Babys haben einen sehr großen Kopf.

Das Baby kann den Kopf nicht alleine hoch-halten.

Sie müssen den **Kopf darum stützen**.

# Darum ist Schütteln gefährlich

Manchmal sind Eltern **wütend**:  
Weil das Baby schreit.  
Die Eltern **haben alles getan**:  
Das Baby **schreit aber trotzdem**.

Die Eltern **schütteln** dann vielleicht das Baby:  
Das ist **sehr schlecht**.  
Der Kopf von dem Baby ist nicht gestützt.  
Der Kopf fällt nach vorne und nach hinten.

Das ist **sehr gefährlich**.  
**Das Gehirn vom Baby kann  
beim Schütteln verletzt werden.**  
Das schwere Wort für die Verletzung ist:  
**Schüttel-Trauma.**

Ihr Baby kann **sterben**:  
Wenn Sie es schütteln.  
Ihr Baby kann **krank** werden.  
Oder **behindert**.

**Schütteln  
Sie niemals  
Ihr Baby!**



Sie müssen mit dem Baby  
**sofort ins Kranken-Haus**:  
Wenn das Baby geschüttelt worden ist.

# So schützen Sie Ihr Kind

Das Baby schreit.  
Sie sind sehr wütend.  
Das können Sie tun:  
Damit nichts passiert:



→ Sie **legen das Baby in das Baby-Bett.**  
Oder sicher auf den Boden.

→ **Sie gehen aus dem Raum.**

→ Sie **atmen ein paar Mal tief ein und aus.**  
Sie können auch ein Glas Wasser trinken.

→ Sie gucken manchmal nach dem Kind.

→ **Fragen Sie andere Menschen:**

Damit sie Ihnen helfen.

Zum Beispiel:

Ihren Partner oder Ihre Partnerin.

Oder einen Freund oder eine Freundin.



**Gut zu wissen:**

**Ihr Baby will Sie nicht ärgern.**

# Hier können Sie Hilfe bekommen

**Es ist normal:**

**Wenn das Schreien Sie belastet.**

Es ist darum ganz normal:

Wenn Sie Hilfe haben möchten.

Hier gibt es Hilfen:

- Kinder-Arzt oder Kinder-Ärztin
- Hebamme
- Erziehungs-Beratung
- Schwangerschafts-Beratung
- Schrei-Ambulanz
- Kinder-Klinik



Sie können auch **anrufen beim Eltern-Telefon.**  
Der Anruf ist **kostenlos.**

Die Telefonnummer ist **0 80 01 11 05 50**



Es gibt auch eine **Online-Beratung** für Eltern:  
[www.bke-beratung.de/elternberatung](http://www.bke-beratung.de/elternberatung)  
Diese Beratung ist **kostenlos.**

Sie können Infos **im Internet** bekommen.

Die Internet-Seite ist **[www.elternsein.info](http://www.elternsein.info)**

Gefördert vom:



Bundesministerium  
für Bildung, Familie, Senioren,  
Frauen und Jugend

Träger:



Nationales  
Zentrum  
Frühe Hilfen



Bundesinstitut für  
Öffentliche Gesundheit

In Kooperation mit:



Deutsches  
Jugendinstitut