

Die monatliche Information der
Stiftung KinderGesundheit für
Journalistinnen & Journalisten

Stiftung KinderGesundheit: Sechs Ratschläge helfen, noch
mehr Säuglinge vor dem Plötzlichen Kindstod zu bewahren

Babys im Bett besser schützen

Der Plötzliche Kindstod ist endlich auf dem Rückzug: Seit die meisten Babys auf dem Rücken schlafen, erleben bei uns nur noch halb so viele Eltern diesen entsetzlichen Schicksalsschlag. Und es gibt gute Chancen, dass in Zukunft noch weniger Babys dem nach wie vor unfassbaren plötzlichen Tod SIDS zum Opfer fallen. Voraussetzung dazu ist eine intensive Aufklärung über die vermeidbaren Risikofaktoren, die nach den bisherigen Erkenntnissen am unbegreiflichen Tod eines Babys beteiligt sein können, betont die Stiftung KinderGesundheit in einer aktuellen Stellungnahme.

Das Unglück hat viele Namen: Plötzlicher Säuglingstod, Krippentod, Sudden Infant Death Syndrome (SIDS) - nichts kann den Schmerz, die Verzweiflung und Fassungslosigkeit der Eltern beschreiben, die von diesem tief greifenden Unglück erfasst werden. Gemeint ist der plötzliche und unerwartete Tod eines anscheinend gesunden Kindes im ersten Lebenshalbjahr, der meistens während des Schlafes oder im zeitlichen Zusammenhang mit Einschlaf- oder Aufwachphasen eintritt und bei dem auch nach einer gründlichen Untersuchung keine eindeutige Todesursache festgestellt werden kann. Da die meisten Babys heute gesund heranwachsen, ist SIDS zur häufigsten Todesart bei Babys im ersten Lebensjahr geworden.

Der „Plötzliche Kindstod“ galt lange Zeit als eines der mysteriösesten Vorkommnisse der Medizin. Das Geschehen lässt sich auch heute noch nicht erklären. Nach Erkenntnissen der letzten Jahre gibt es jedoch nicht die eine Ursache, sondern es kommen immer mehrere Belastungen zusammen, wenn ein Baby ohne Vorwarnung sein Leben verliert.

Der Münchner Kinder- und Jugendarzt Professor Dr. Berthold Koletzko, Vorsitzender der Stiftung KinderGesundheit: „Nach der Hypothese des ‚Triple-Risk Models‘ kann es zu SIDS kommen, wenn drei Bedingungen gleichzeitig auftreten: Das Kind befindet sich in einem empfindlichen und verwundbaren Entwicklungsstadium seines Nerven- und Immunsystems, es liegen bestimmte genetisch bedingte Strukturvarianten („Polymorphismen“) im Stoffwechsel des Nervenbotenstoffs Serotonin vor, und es kommen Stressfaktoren von außen hinzu, wie Schlafelage, Überwärmung, Infektionen oder eine Belastung durch rauchende Eltern“.

» Allein durch
Beachtung von
bestimmten
Stressfaktoren lässt
sich das Risiko
für Babys radikal
vermindern!«

Wissen rettet Babyleben

Die gute Nachricht ist: Allein durch Beachtung solcher Stressfaktoren lässt sich das Risiko des Babys radikal vermindern! Gab es 1998 in Deutschland noch 602 Todesfälle durch SIDS, wurden im Jahr 2008 nur noch 215 Fälle gezählt. Damit sank die Häufigkeit innerhalb von zehn Jahren von 0,79 pro 1.000 Lebendgeborene auf 0,31 pro 1.000 Babys, also um mehr als die Hälfte! Dieser beeindruckende Erfolg wurde ohne medizinische Maßnahmen und ohne Medikamente erzielt, allein durch die Information und Aufklärung junger Eltern über das richtige Verhalten, betont die Stiftung Kindergesundheit mit großem Nachdruck.

„Für die Vermittlung dieses Wissens ist die Einbindung aller mit den jungen Eltern in Kontakt stehenden Berufsgruppen unerlässlich“, sagt Professor Koletzko. „Wichtig ist dabei, dass die Multiplikatoren – das sind die Geburtshelfer und Hebammen in den Geburtskliniken, Kinderärzte, Allgemeinärzte und Krankenschwestern, die Mitarbeiter in Praxen, Schwangerenberatungsstellen, Migrantinnenbetreuungsstellen, Gesundheits- und Jugendämtern - möglichst einheitliche Informationen weitergeben, damit die Schwangeren und Eltern nicht durch unterschiedliche Botschaften verunsichert werden“.

Deshalb hat sich die Stiftung Kindergesundheit an einer großen Informationskampagne des Bayerischen Landesamts für Gesundheit und Lebensmittelsicherheit (LGL) zum Thema „Sicherer und gesunder Babyschlaf“ beteiligt. Ein von der Stiftung mitentwickelter Flyer zur Elterninformation wurde in neun Sprachen übersetzt. Im Rahmen der von Präventionsexpertin Dr. med. Uta Nennstiel-Ratzel betreuten Kampagne des Landesamtes wurden 360.000 Flyer, 694 Poster und 795 Infopakete versandt. An der abschließenden Befragung nahmen bis auf eine alle 138 bayerischen Geburtskliniken teil.

So schläft das Baby gut und sicher

Die sechs evidenzbasierten und praktikablen Kernpunkte der dabei vermittelten Empfehlungen lauten:

1. Schlafposition in Rückenlage;
2. Verwendung von Babyschlafsäckchen;
3. Schlafen im eigenen Bettchen im Elternschlafzimmer;
4. Schutz vor Überwärmung;
5. Rauchfreie Wohnung;
6. Stillen.

Allerdings kann ein gedrucktes Medium kein persönliches Informationsgespräch ersetzen. Dr. Uta Nennstiel-Ratzel: „Der Flyer dient am besten als Basis für die mündliche Aufklärung durch Hebammen, Kinderkrankenschwestern und Ärzte über die SIDS-Risiken und ihre Vermeidung. Ebenso wichtig wie das persönliche Gespräch ist das Vorbild des Personals in den Geburtskliniken. Hebammen und Säuglingsschwestern

können in den Babyzimmern die jungen Eltern auf einfache Weise an die Gestaltung einer sicheren und gesunden Schlafumgebung für ihr Baby heranführen“.

Auch Kliniken machen Fehler

Dr. Uta Nennstiel-Ratzel und ihr Team haben vor kurzem die bisherigen Ergebnisse der bayerischen Präventionskampagne ausgewertet und in einem Fachblatt publiziert (Klinische Pädiatrie 2009; 221: 1-6). Ihre Bilanz weist sowohl erfreuliche Fortschritte als auch noch bestehende Defizite auf:

- Der Anteil der in den Kliniken über die SIDS-Risiken aufgeklärten Eltern wuchs von 92 Prozent im Jahr 2005 auf 97 Prozent im Jahr 2007.
- Der Anteil der Geburtskliniken, in denen ausschließlich Babyschlafsäckchen verwendet wurden, nahm von 12 auf 37 Prozent zu.
- Dagegen wurde die Empfehlung, Babys auf dem Rücken schlafen zu lassen, in vielen Entbindungskliniken offenbar nicht ernst genug genommen: Der Anteil der konsequent auf den Rücken gelegten Babys lag auch 2007 bei nur 54 Prozent. Jedes vierte Baby wurde weiterhin auf den Bauch oder auf die Seite zum Schlafen gelegt.
- Nur 14 Prozent alle Eltern befolgten alle sechs Empfehlungen der Ratgeberbroschüre. Nur 59 Prozent der Babys schliefen im eigenen Bett im Elternzimmer, 7,5 Prozent schliefen im Bett der Eltern und 21,4 Prozent allein im Kinderzimmer. Jedes vierte Baby lebte in einem Raucherhaushalt.

„Es ist also noch viel Aufklärungsarbeit nötig“, resümiert Professor Berthold Koletzko. Das Beispiel der Niederlande zeigt, was durch nachdrückliche Beratung erreicht werden kann. Dort hat man sich schon frühzeitig auf einheitliche Empfehlungen geeinigt und diese laufend in verschiedenen Medien – auch im Fernsehen! – propagiert.

Das Ergebnis war bemerkenswert: Seit 1984, als noch 1,22 von 1.000 Babys an SIDS starben, ging die Zahl plötzlich verstorbener holländischer Säuglinge kontinuierlich zurück: 2006 gab es nur noch 0,059 SIDS-Fälle pro 1000 Lebendgeborene - die niedrigste Anzahl in der westlichen Welt. Seitdem stieg die Anzahl der Fälle sowohl in 2007 als auch in 2008 wieder geringfügig an auf 0,077 beziehungsweise 0,098 Promille.

Rauchen – das große Baby-Risiko

Neben der Bauchlage ist derzeit das Rauchen das wichtigste vermeidbare Risiko für den Plötzlichen Kindstod, betont die Stiftung Kindergesundheit. In Deutschland rauchen immer noch über zwanzig Prozent aller Frauen auch während der Schwangerschaft weiter. Dabei erhöht sich die Gefahr für das Baby, den plötzlichen Kindstod zu erleiden, bei bis zu zehn Zigaretten am Tag um das Dreifache, bei mehr als 20 Zigaretten sogar um das Neunfache. Würden alle schwangeren Mütter (und ihre Partner!) auf das Rauchen verzichten, könnte die Sterblichkeit an SIDS in Deutschland um weitere 30 Prozent reduziert werden!

Eltern sollten außerdem wissen: Impfungen sind kein Risiko für den plötzlichen Säuglingstod – im Gegenteil: Durch Impfungen wird das Risiko für das Baby deutlich vermindert.

» Neben der
Bauchlage ist
derzeit das Rauchen
das wichtigste
vermeidbare Risiko
für den Plötzlichen
Kindstod «

Hier gibt es weitere Informationen und Hilfen:

www.kindergesundheit.de

www.schwangerundkind.de

www.lgl.bayern.de/gesundheit/sids_ploetzlicher_kindstod.htm

Gemeinsame Elterninitiative Plötzlicher Säuglingstod GEPS,
Rheinstr. 26, 30519 Hannover, Tel. 0511/83 86 202

www.geps-online.de

www.schlafumgebung.de

www.babyhilfe-deutschland.de

www.babyschlaf.de

www.kindergesundheit-info.de/fuereltern/gesundheitsrisikenvb/sids/

www.wiegedood.nl (Infos auch auf deutsch)

Nachdruck kostenlos. Wir freuen uns über einen Beleg.

Bitte helfen Sie uns

Fördern auch Sie die Gesundheit unserer Kinder durch Ihre Spende, die in voller Höhe den Projekten der Stiftung Kindergesundheits zugute kommt.

Mit einem Beitritt zum Freundeskreis der Stiftung Kindergesundheits können Sie die Arbeit der Stiftung regelmäßig fördern.

Mehr Informationen hierzu finden Sie unter: **www.kindergesundheit.de**

Spendenkonto Nr.: 520 55 520, Hypovereinsbank München, BLZ: 700 202 70

Dieser Newsletter wird
unterstützt von

strukturplan

Agentur für
Print & Kommunikation

www.strukturplan.de