

Liebe Eltern,  
ein Baby zu haben, ist wunderschön, manchmal  
aber auch ganz schön schwierig!  
Viele Eltern kennen das Gefühl von Erschöpfung,  
Übermüdung, manchmal auch Überforderung oder  
gar Verzweiflung. Besonders dann, wenn

### Ihr Baby schreit und schreit und schreit ...

Dass Babys schreien, ist aber völlig normal.  
In den ersten Lebensmonaten schreien gesunde  
Säuglinge durchschnittlich zwei bis drei Stunden  
pro Tag, manchmal aber auch viel länger.  
Wir wollen Sie auf der Innenseite darüber infor-  
mieren, warum ein Baby schreien könnte und was  
Sie dagegen tun können. Am Besten, Sie befestigen  
diesen „Notfallplan“ gut sichtbar an Kühlschrank  
oder Pinnwand.  
Ein Baby zu schütteln ist auf gar keinen Fall  
eine Lösung. **Sie bringen Ihr Kind damit in  
Lebensgefahr!**

Wenn ein Baby geschüttelt wird,  
kann es

- sterben,
- bleibende Schädigungen  
des Gehirns und
- Behinderungen erleiden.

Wenn Sie Veränderungen des Schreiens  
bemerken, Ihr Baby

- länger und lauter als gewöhnlich schreit,
  - einen kranken Eindruck macht,
  - das Schreien Sie ängstigt,
- kontaktieren Sie Ihre Kinderärztin, Ihren  
Kinderarzt oder eine Kinderklinik.

### Weitere Hilfe erhalten Sie u.a. bei:

- Ihrem Kinderarzt/Ihrer Kinderärztin, dem kinderärztlichen  
Notdienst oder der nächstgelegenen Kinderklinik
- Schreibabyberatungsstellen:  
Telefonnummern für Ihren Regierungsbezirk finden Sie unter:  
[www.stmas.bayern.de/familie/bildung/schreibabys.htm](http://www.stmas.bayern.de/familie/bildung/schreibabys.htm)
- Mütter- und Familienberatungsstellen
- Gesundheits- und Jugendämtern

Notrufnummern für Ihre Region finden Sie im Internet unter:  
[www.lgl.bayern.de](http://www.lgl.bayern.de). Notieren Sie diese bitte auf der Innenseite  
dieses Flyers. Zudem finden Sie auf der Internetseite weitere  
Informationen zu diesem und anderen Themen.

Informationsmaterialien können kostenlos bestellt werden  
unter Telefon: 089 6808045-00, Fax: 089 6808045-13  
E-Mail: [info@lzg-bayern.de](mailto:info@lzg-bayern.de)

Herausgeber: Bayerisches Landesamt für  
Gesundheit und Lebensmittelsicherheit (LGL)  
Eggenreuther Weg 43, 91058 Erlangen  
[www.lgl.bayern.de](http://www.lgl.bayern.de)

unter Mitwirkung von:

**bvkj.**

**BAYERISCHER  
Hebammen  
LANDESVERBAND**

Berufsverband der Kinder- und Jugendärzte e.V.

Bayerischer Hebammen-Landesverband e.V.

Stadtjugendamt München

Bayerisches Staatsministerium für  
Arbeit und Sozialordnung, Familie und Frauen

Bayerisches Staatsministerium für  
Umwelt und Gesundheit

Stand: Juli 2011 © LGL, alle Rechte vorbehalten

Diese Druckschrift wird kostenlos im Rahmen der Öffentlichkeitsarbeit der Bayerischen Staatsregierung herausgege-  
ben. Sie darf weder von den Parteien noch von Wahlwerbenden oder Wahlhelfern im Zeitraum von fünf Monaten vor  
einer Wahl zum Zweck der Wahlwerbung verwendet werden. Dies gilt für Landtags-, Bundestags-, Kommunal- und  
Europawahlen. Missbräuchlich ist während dieser Zeit insbesondere die Verteilung auf Wahlveranstaltungen, an  
Informationsständen der Parteien sowie das Einlegen, Aufdrucken und Aufkleben parteipolitischer Informationen  
oder Werbemittel. Untersagt ist gleichfalls die Weitergabe an Dritte zum Zweck der Wahlwerbung. Auch ohne zeit-  
lichen Bezug zu einer bevorstehenden Wahl darf die Druckschrift nicht in einer Weise verwendet werden, die als  
Parteilnahme der Staatsregierung zugunsten einzelner politischer Gruppen verstanden werden könnte. Den Par-  
teien ist es gestattet, die Druckschrift zur Unterrichtung ihrer eigenen Mitglieder zu verwenden. Bei publizistischer  
Verwertung – auch von Teilen – wird die Angabe der Quelle und Übersendung eines Belegexemplars erbeten.  
Das Werk ist urheberrechtlich geschützt. Alle Rechte sind vorbehalten. Die Broschüre wird kostenlos abgegeben,  
jede entgeltliche Weitergabe ist untersagt. Diese Broschüre wurde mit großer Sorgfalt zusammengestellt. Eine  
Gewähr für die Richtigkeit und Vollständigkeit kann dennoch nicht übernommen werden. Für die Inhalte fremder  
Internetangebote sind wir nicht verantwortlich.

**BAYERN | DIREKT**  
Tel. 089 12 22 20

BAYERN | DIREKT ist Ihr direkter Draht zur Bayerischen Staatsregierung. Unter Telefon  
089 122220 oder per E-Mail unter [direkt@bayern.de](mailto:direkt@bayern.de) erhalten Sie Informationsmaterial und  
Broschüren, Auskunft zu aktuellen Themen und Internetquellen sowie Hinweise zu  
Behörden, zuständigen Stellen und Ansprechpartnern bei der Bayerischen Staatsregierung.

gedruckt auf Papier aus 100 % Altpapier

## Elterninformation



# Bitte nicht schütteln!

## ... zart und zerbrechlich!

gefördert durch

# Ihr Baby schreit und schreit und schreit und schreit und schreit ...! Dennoch: Schütteln Sie niemals Ihr Baby – Lebensgefahr!

**1.Schritt: Nehmen Sie es nicht persönlich! Das Baby ist nicht böse auf Sie.**



... es hungrig ist?



... es unausgeglichen oder unzufrieden ist?

Versuchen Sie es zu wiegen, herumzutragen oder gehen Sie mit dem Baby spazieren.



... die Windel voll ist?



... es Bauchweh hat?

Nehmen Sie es auf den Arm oder massieren Sie ihm sanft den Bauch oder Rücken.



... es müde ist und nicht schlafen kann?

Versuchen Sie es mit einem Lied oder einer Spieluhr.

**2.Schritt: Sie haben alles versucht und das Baby schreit immer noch.**

Denken Sie daran:

**Es ist normal, dass ein Baby gelegentlich weint oder schreit und sich nicht beruhigen lässt!**

**3.Schritt: Wenn Sie am verzweifeln sind, tun Sie erst einmal etwas für sich!**

Beispielsweise:



Legen Sie das Baby auf den Rücken in sein Bettchen.



Rufen Sie eine vertraute Person an.



Machen Sie eine Pause und atmen Sie eine Zeit lang tief durch.



Holen Sie sich zur Unterstützung eine verwandte, befreundete oder bekannte Person dazu.



Geben Sie sich und dem Baby etwas Zeit sich zu beruhigen. Setzen Sie sich hin oder verlassen Sie den Raum.

Wählen Sie Ihre persönliche Notrufnummer:

.....  
oder die eines professionellen Anbieters (siehe Rückseite):  
.....

**4.Schritt: Wenn sich Ihr Kind gar nicht beruhigen lässt, suchen Sie Ihre Kinderärztin/Ihren Kinderarzt oder eine Kinderklinik auf.**

Vergewissern Sie sich, dass jeder, der sich um Ihr Kind kümmert, über die Gefahren des Schüttelns Bescheid weiß – auch Großeltern, Babysitter usw.