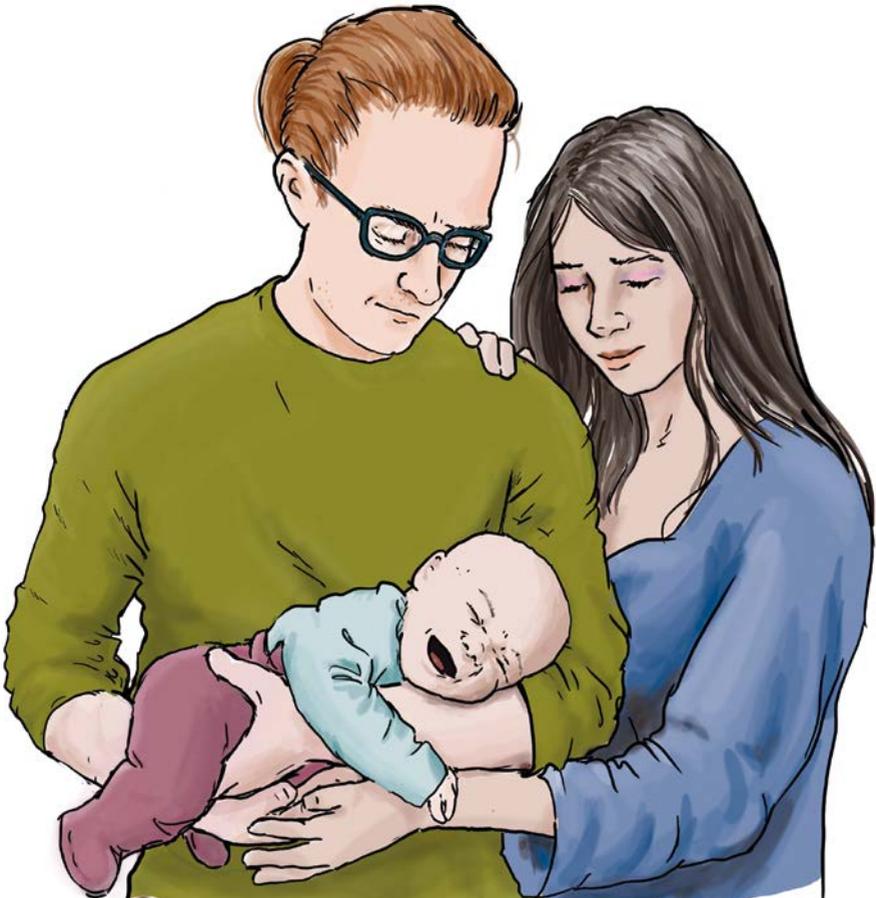


**Schütteln kann**

**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.

**Herausgeber:**

Nationales Zentrum Frühe Hilfen  
(NZFH) in der Bundeszentrale für  
gesundheitliche Aufklärung (BZgA)  
in Kooperation mit dem Deutschen  
Jugendinstitut (DJI) e. V.  
<https://www.bzga.de>  
<https://www.fruehehilfen.de>  
<https://www.elternsein.info>

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/](https://www.inclusion-europe.eu/easy-to-read/)

**Redaktion:** Astrid Königstein, NZFH, BZgA

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

**Artikelnummer:** 16000568

**Druck:** klimaneutral gedruckt  
Kunst- und Werbedruck GmbH & Co KG,  
Hinterm Schloss 11, 32549 Bad Oeynhausen

**Auflage:** 2.70.05.23

**E-Mail:** [bestellung@bzga.de](mailto:bestellung@bzga.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-elternberatung.de](http://www.bke-elternberatung.de)

Diese Beratung ist **kostenlos.**

Sie können Infos **im Internet** bekommen.

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

Gefördert vom:



Nationales Zentrum  
Frühe Hilfen

Träger:



In Kooperation mit:



Bündnis gegen  
Schütteltrauma

