

Was tun, wenn mein

Baby Blähungen & Koliken

hat?

Viele Babys leiden in den ersten 3 bis 4 Lebensmonaten unter Blähungen, die meist zur selben Tageszeit auftreten und zwar in der Regel nachmittags bis abends.

Symptome dafür sind lange Schreiphasen, abwechselndes Krümmen und Strecken des Körpers und rotes Gesicht als Folge von krampfartigen, heftigen Bauchschmerzen.

Auf den folgenden Seiten stellen wir Ihnen Möglichkeiten vor, wie Sie Ihrem Baby helfen können:

auch abrufbar im Internet:

www.lindenapo.info

► Info & Ratschläge

1 Anti-Kolik-Flasche

Damit Ihr Kind gar nicht erst Blähungen und Koliken bekommt, ist es wichtig, eine **Anti-Kolik-Flasche** zu verwenden. Diese Flasche verhindert, dass Ihr Baby zu viel Luft beim Trinken schluckt.

Avent Anti-Kolik Flasche € 5,80



2 Fliegergriff

Eine schnelle Linderung der Blähungen bringt der sogenannte **Fliegergriff**: Legen Sie Ihr Kind dabei mit dem Bauch auf Ihren Unterarm mit dem Gesicht zum Ellenbogen. Die Ärmchen und Beinchen hängen dabei auf der Seite herunter und Ihr Baby ist ganz entspannt.

3 Kümmelzäpfchen

Kümmelzäpfchen haben sich bei besonders hartnäckigen Koliken bewährt. Die darin enthaltenen ätherischen Öle lindern sehr rasch die quälenden Blähungen.

Kümmelzäpfchen 12 St. € 8,05



4 Bauchmassage

Eine sanfte Bauchmassage mit Zeige- und Mittelfinger im Uhrzeigersinn mit einer speziellen Salbe (Windsalbe) oder Kümmelöl wirkt blähungstreibend und muskelentspannend.



LittlePharm Still-Zeit € 7,45

5 Fenchel/Kümmeltee

Sie können Ihrem Baby auch ungesüßten Fenchel (spezieller Kinderfenchel) oder Kümmeltee bzw. eine Mischung aus beiden Sorten anbieten.

Sidroga Kinderfenchel 20 Btl € 3,55

6 Homöopathie

Auch homöopathische Globuli mit blähungstreibender Wirkung haben sich gut bewährt:

Chamomilla D6 3 x tgl 4 Globuli im Mund zergehen lassen € 5,00

7 Wärme

Linderung verschafft auch Wärme, zum Beispiel mit einem Kirschkernkissen oder Wärmewolle mit Bauchwickel

LittlePharm Rund-Herum Heilwolle € 5,35

8 Tropfen mit Simethicon

Tropfen mit diesem Wirkstoff helfen die im Darm angesammelten Luftbläschen aufzulösen. Dadurch lässt der Druck im Bauch nach und die Luft kann leichter entweichen. Die Tropfen werden einfach in das Fläschchen beigemischt und können auch über einen längeren Zeitraum unbedenklich gegeben werden.

Antiflat Tropfen mit Dosierer € 4,30

Wenn Sie stillen, denken Sie auch daran, daß alles, was Sie essen oder trinken Einfluss auf Ihr Kind hat. So können Hülsenfrüchte, Hohl Gemüse, Zwiebel oder Kohlensäure Auslöser für Blähungen Ihres Babys sein!
Für Kinder, die nicht gestillt werden, gibt es Spezial-Milchnahrung gegen Blähungen-Koliken.