

August 2021

Pädiatrie: Empfehlungen für Patientinnen und Patienten

1. Bei Kindern mit mittlerem oder grossem Flüssigkeitsverlust (z. Bsp. bei einer Magen-Darm-Grippe mit Erbrechen und/oder Durchfall) sollte die fehlende Flüssigkeit via Mund zugeführt werden.

Der Ersatz des Flüssigkeitsverlustes über den natürlichen Weg via Mund oder Magen ist ebenso wirksam wie die Gabe der Flüssigkeit über die Vene (Infusion) und hat weniger Nebenwirkungen. Bei ungenügender Trinkmenge wird im Spital eine feine Sonde via Nase und Speiseröhre in den Magen vorgeschoben und damit die Flüssigkeit zugeführt. Für eine Infusion muss ein feines Schläuchlein direkt in eine Vene eingelegt werden. Da die Venen bei diesen Kindern schlecht gefüllt sind, braucht es manchmal mehrere Versuche. Dies kann schmerzhaft und belastend sein.

In wissenschaftlichen Studien hat sich gezeigt, dass ca. 95 % aller Kinder mit Brechdurchfall erfolgreich via Mund oder Magen behandelt werden können.

Das können Sie tun:

- Einlöffeln oder schluckweise trinken lassen von verdünntem Apfelsaft, Muttermilch oder anderen, dem Kind bekannten Getränken
- Auch rezeptfrei erhältliche Elektrolytlösungen können probiert werden

2. Eine akute Mittelohrentzündung bei Kindern sollte nicht routinemässig mit einem Antibiotikum behandelt werden

Eine Mittelohrentzündung (Otitis media) ist häufig die Folge einer Virus-Erkrankung und bedarf keiner Therapie mit einem Antibiotikum. Der ungerechtfertigte Einsatz von Antibiotika führt zu verschiedenen unerwünschten Nebenwirkungen wie Allergien, Resistenzbildung, Durchfall oder anderen Komplikationen. Viele Mittelohrentzündungen heilen im Verlauf selbst ab.

Das können Sie tun:

- Gabe von entzündungshemmenden Schmerzmitteln (z. Bsp. Ibuprofen) in altersentsprechender und gewichtsadaptierter Dosierung
- Nasenpflege mit isotonischer Kochsalzlösung
- Bei fehlender Besserung nach 2-3 Tagen ist eine erneute Vorstellung beim Kinderarzt empfohlen

3. Geben Sie Ihren Kindern keine Hustenmedikamente

Husten ist im Allgemeinen ein normaler Abwehrmechanismus des Körpers. Pflanzliche und chemische Hustenmedikamente sind gegen Erkältungen nicht wirksam. Sie können gefährlich sein, wie verschiedene Studien zeigen. Sie bestehen häufig aus mehreren Wirkstoffen. Zusammen mit anderen Medikamenten kann es zu Überdosierungen kommen.

Das können Sie tun:

- Ab 12 Monaten Honig geben vom Löffel oder im Tee
- Zigarettenrauch vermeiden
- Gutes Raumklima (Luftfeuchtigkeit 50-60 %, Zimmertemperatur 18 °C.)
- Oberkörper hochlagern

4. Verwenden Sie bei Säuglingen mit einer Virusinfektion der kleinen Atemwege nicht routinemäßig kortisonähnliche Medikamente oder Asthma-Medikamente

Bronchiolitis ist eine Entzündung der kleinsten Atemwege der Lunge, verursacht durch Erkältungsviren. Es sind vor allem Kinder unter 1 Jahr betroffen. Sie zeigt sich durch starken, schleimigen Husten, Schnupfen und meist Fieber. Manchmal atmen die Säuglinge angestrengt und trinken weniger gut.

Auch wenn die Atmung Ihres Kindes während einer Bronchiolitis ähnlich aussieht wie bei einem Asthma, helfen Asthma-Medikamente in dieser Situation nicht. Sie vermindern weder das Risiko, dass Ihr Kind ins Spital aufgenommen werden muss, noch verkürzen sie den Spitalaufenthalt.

Die Inhalation mit Asthmamittel verbessert auch nicht den Sauerstoffgehalt im Blut und hat keinen Einfluss auf die Dauer der Erkrankung. Hingegen können diese Medikamente Nebenwirkungen haben wie Verschlechterung des Sauerstoffgehaltes, schneller Herzschlag oder Zittern.

Das können Sie tun:

- Befeuchten der Nase mit isotonischer Kochsalzlösung
- Lassen Sie Ihr Kind kleinere, dafür häufigere Portionen trinken.
- Bieten Sie Ihrem Kind die nötige Ruhe und Zeit, die es braucht, um sich zu erholen.

5. Verabreichen Sie keine Säureblocker zur Behandlung des Rückflusses von Mageninhalt bei Säuglingen

Der Rückfluss von Mageninhalt im Säuglingsalter ist ein normaler Vorgang und erfordert keine Behandlung mit Säureblockern. Die Hälfte aller Säuglinge haben einen Rückfluss. Dieser beginnt im Verlauf des 1. Lebensmonats, mit einem Höhepunkt im Alter von 4 bis 5 Monaten. Die Säuglinge geben einen Teil ihrer Mahlzeiten wieder raus. Dies ist unter anderem die Folge eines noch nicht ausgereiften Verdauungssystems.

Die Unterdrückung der Magensäureproduktion verbessert weder unerklärliches Schreien noch Aufstossen. Der Einsatz von Säureblockern kann schädlich sein und häufigere Infektionen der Atemwege, Veränderungen der Darmflora und eine Schwächung der Knochen bewirken.

Bei schwallartigem Erbrechen, unstillbarem Schreien oder ungenügender Gewichtszunahme soll das Kind ärztlich untersucht werden.

Das können Sie tun:

- Nach der Fütterung soll der Säugling in aufrechter Position gehalten werden.
- Häufigere, kleinere Fütterungen/Stillmahlzeiten