

## HOMÖOPATHIE IM ALLTAG: WENN ELTERN AN DIE GRENZEN KOMMEN

VON RUTH HUNZIKER



Florian\* ist zweijährig. Bis einjährig war er ein unauffälliges Baby. Dann entwickelte er sich zu einem Schreikind. Er ist kaum zu beruhigen. Beim Herumtragen wird das Schreien etwas weniger. Auch nachts erwacht er schreiend aus dem Schlaf. Wenn ihn die Mutter trösten will, wird Florian aggressiv und stösst die Mutter weg. Das stundenlange durchdringende Schreien und die schlaflosen Nächte setzen der Mutter arg zu. Die schulmedizinischen Abklärungen bestätigten, dass organisch alles in Ordnung ist. Florians Mutter holte sich Rat bei der Familienberatung der Gemeinde. Die fachmännische Unterstützung beruhigte die Situation für einige Monate. Als das Schreien wieder verstärkt auftrat, kamen Florian und seine Mutter zu mir in die Praxis.

Jasmin\* ist sechs Wochen alt. Kaum war sie einige Tage auf der Welt, begannen das Weinen und die Verdauungsbeschwerden. Jasmin hat häufig schmerzhafte Blähungen. Wenn man sie bäuchlings auf dem Arm herumträgt, beruhigt sie sich jeweils. Am Abend hilft auch das nicht mehr wirklich. Sie

weint dann drei bis vier Stunden, bis sie erschöpft einschläft. Jasmins Eltern sind am Anschlag. Den ganzen Abend wechseln sie sich mit dem Herumtragen von Jasmin ab. Beide würden aber nach ihrem anstrengenden Tag dringend etwas Ruhe gebrauchen. In einer solchen Situation fühlen sich junge Eltern, die doch alles besonders gut machen wollen, auf einmal völlig unfähig. Sie können ihr eigenes Baby, das sie lieben, nicht beruhigen. Das verursacht Stress, ein Gefühl von abgelehnt werden und schliesslich handfeste Aggressionen. Zusätzlicher Schlafentzug macht den Teufelskreis erst recht perfekt.

### WAS STECKT DAHINTER?

Von einem Schreibaby spricht man, wenn es mehr als drei Stunden am Tag schreit, und das während mehr als drei Tagen in der Woche. Dieser Zustand muss schon länger als drei Wochen andauern.

Stressreiche Schwangerschaften, schwierige Geburten oder eine Trennung von der Mutter können mögliche Ursachen für Schreikinder sein. Fachleute sind sich mittlerweile einig, dass der aufgeblähte Babybauch eher die Folge als die Ursache des Schreiens ist. Man

weiss, dass Babys über das Schreien oft Spannungen abbauen. Das bestätigt sich auch in meiner Praxis. Jasmin kam per Vakuumkanal stecken blieb und die Herzfrequenz sank. Bei Florian konnten die Fachleute keine Ursache erkennen. Florians Mutter beobachtete, dass sein Schreien kurz nach der Masern-Mumps-Röteln-Impfung begann.

Nach der Einnahme von homöopathischen Mitteln stellte sich bei Florian und Jasmin eine rasche Besserung des Schreiverhaltens ein. Jasmin brauchte kein weiteres Mittel mehr. Bei Florian musste das Mittel nach einem halben Jahr nochmals verabreicht werden. Das passende homöopathische Arzneimittel hat Jasmin und Florian wieder ins Gleichgewicht gebracht. Oft macht es auch Sinn, die Eltern mitzubehandeln. Gerade bei noch stillenden Müttern überträgt sich der Gemütszustand unmittelbar auf das Baby. Das richtige Konstitutionsmittel hilft auch den Eltern, wieder ins Lot zu kommen. Eine Mutter bestätigt mir das nach der Behandlung so: «Ich bleibe ruhiger, wenn mein Sohn weint.» Ich sage ihm dann: «Ich spüre, du hast ein Problem. Was auch immer es ist, ich bin für dich da.»

### TIPPS ZUM UMGANG MIT SCHREIKINDERN:

- Möglichst viel körperliche Nähe, bei Säuglingen ist ein Tragetuch ideal, denn der Körperkontakt und die Gehbewegungen beruhigen.
- Wenn ein Baby weint, sollte es nicht zusätzlich stimuliert oder abgelenkt werden.
- Ein fester Tagesablauf und Rituale geben dem Kind Sicherheit.
- Achten Sie auf sich, atmen Sie tief in den Bauch, die Atmung ist ein Frühwarnsystem für Stress, den auch das Baby mitbekommt.
- Gönnen Sie sich Auszeiten, damit Sie Ihre Ressourcen nicht aufbrauchen.
- Ertragen Sie das Weinen des Babys nicht mehr oder spüren Sie unkontrollierbare Wut in sich aufsteigen, legen Sie das Kind ab, bis Sie sich beruhigt haben. Schütteln kann das Baby lebensbedrohlich gefährden.
- Holen Sie sich Hilfe, zum Beispiel beim Elternnotruf der zuständigen Jugend- und Familienberatungsstelle oder bei der Schreiambulanz.

**RUTH HUNZIKER** ist dipl. Homöopathin hfnh SHL. Eigene Praxis in Winterthur und Andelfingen. Zudem: Biologiestudium an der Universität Zürich mit Abschluss an der philosophischen Fakultät II als dipl. Botanikerin. Kontakt: Telefon 052 203 52 52 oder [info@am-puls.ch](mailto:info@am-puls.ch).