



**Stefan Rieth**

Kinderblüte

[stefanrieth.com](http://stefanrieth.com)

# **SANFTE HILFE FÜR DEIN SCHREIBABY**

Kostenlose Tipps: Die Dreisten Drei Deals

# SANFTE HILFE FÜR DEIN SCHREIBABY MIT DEN DREISTEN DREI DEALS!?

---

Dein kleiner Liebling wird bei seiner Geburt außer dir nahezu allen gewohnten Bezugspunkten beraubt.

Egal, ob einfache oder schwere Geburt, sanft oder Geburtstrauma, egal, ob natürlich oder Kaiserschnitt dein Kind muss sich anpassen und regulieren!

## **Es fehlen mit dem Moment der Entbindung:**

- die kuschelige Enge in deinem Bauch,
- die wunderbar monotonen und beruhigenden Fließgeräusche deiner Blutgefäße, des Herzens, des Darmes und die gedämpften Klänge der äußeren Umwelt,
- deine aktiven Bewegungen,
- das sanfte Wiegen deines Zwerchfells sogar im Schlaf.

Und als ob das nicht schon genug des Guten (oder besser des Schlechten) wäre, werden aus evolutionären Überlebensgründen des vor der Zeit nach draußen beförderten Menschen auch noch eine ganze Reihe sinnvoller, aber neuer Reflexe angeschaltet.

## **Du bist nicht alleine!**

Öfter als alles andere aber werde ich als Osteopath mit dem sehr speziellen und Leidensdruck verursachenden Symptom des übermäßigen Schreiens als „Problem“ beim Säugling konfrontiert.

- Jeder fünfte Säugling ist von exzessivem Schreien betroffen.
- Manche Eltern, aber auch Hebammen und Therapeutinnen sowie Ärzte, bezeichnen ihr Kind dann als „Schreibaby“. Doch was ist das eigentlich?

## **Schulmedizinische Abklärung bringt Beruhigung**

Zum Glück steckt in den wenigsten Fällen eine schulmedizinisch relevante, ernste Erkrankung dahinter die du unbedingt mit einem Kinderarzt abklären solltest:

- Darm-Invagination
- Pylorus-Stenose
- Infektion
- Neurologische Zeichen

Nun hat dich dein Arzt beruhigen können, aber  
Was steckt also hinter diesem Symptomkomplex Schreien deines Kindes?

### **Oder zu allererst: Wann ist mein Kind ein Schrei Baby?**

„Schreibaby“ ist eine überholte, alte Bezeichnung für ein Auftreten „übermäßigen“ Schreiens, dessen Ursache jedoch unklar ist.

Als Schreibaby gilt dieser veralteten Faustformel nach ein Baby, das **über drei Wochen, an mehr als drei Tagen die Woche, mehr als drei Stunden** schreit.

Lass und vielleicht noch einen Schritt zurück gehen und uns fragen:

### **Warum schreien Babys überhaupt?**

Babys schreien, weil es für sie die einzige Möglichkeit ist sich mitzuteilen, sprechen können sie ja schließlich noch nicht.

Es gibt jedoch auch Säuglinge, die mehr als andere Babys schreien. Oft lassen sich die Kleinen von den Eltern kaum beruhigen, so dass diese von der Situation vollkommen überfordert sind und du fragst dich:

- Was hat mein Baby denn nun wirklich?
- Was mache ICH vielleicht falsch?
- Tut ihm wirklich etwas weh oder ist es eine ernsthafte Krankheit?

In den meisten Fällen werden für das viele Schreien die Drei-Monats-Koliken sowie Verdauungsprobleme als Ursachen genannt, jedoch haben gerade einmal knapp elf Prozent der Babys in meiner Praxis wirklich Koliken.

Doch welche Ursachen kann es noch geben, dass man ein Schreibaby zu Hause hat und wie sollte man sich als Eltern richtig verhalten?

#### **Hunger**

Kleine Kinder wachsen, vor allem ihr Nervensystem, logsch, dass sie das Hungergefühl als unangenehm empfinden. Gut ist es daher, zu lernen die Körperprache deines Kindes für die nächste Brust- oder Flaschenmahlzeit erkennen zu können.

#### **Müdigkeit**

Sicher weisst du selbst schon, wie wichtig es ist, den richtigen Zeitpunkt zum Schlafen nicht zu verpassen, damit die Übermüdung nicht zu einem Teufelskreis führt.

Müdigkeitszeichen sind

- Gähnen
- Blinzeln
- Ans Köpfchen greifen bzw. daran kratzen.

### **Bauchschmerzen**

Vermeintlich grundloses Schreien kann ein Zeichen von Blähungen sein, lasse dies von deinem Kinder-Osteopathen abklären, vielleicht hilft eine Nahrungsumstellung oder ein Pro-Biotikum?

### **(Ver-) Bindung, Entspannung, Berührung, Co-Regulation**

Eines der Hauptbedürfnisse von Kindern nach neun Monaten Verbindung im Mutterleib ist: Rückverbindung. Körper Berührung lässt nachweislich den Oxytocin Spiegel bei Mama und Kind in die Höhe schnellen.

## **DIE DREISTEN DREI DEALS - WIE DU DEN ALLTAG MIT DEINEM (SCHREI)BABY MÜHELOS MEISTERST**

---

Für die meisten Eltern ist es zunächst ein Schock, wenn ihnen vom Kinderarzt bestätigt wird, dass es sich beim eigenen Baby um ein Schreibaby handelt. Die Angst um das Kind und dessen Gesundheit ist groß. Allerdings sollte man sich nicht zu sehr sorgen: Schreibabys sind relativ verbreitet und außerdem sind viele der Kinder vollkommen gesund.

Deine Aufgabe besteht vor allem darin, gemeinsam mit dem Kind mit möglichst wenig Kampf die kritische Zeit zu überstehen.

Nach einem Zeitraum von drei bis sechs Monaten lässt das Schreien im Regelfall spürbar nach, mit einem guten Kinder-Osteopathen, viel Hingab und der richtigen Literatur an der Seite umso schneller

Wichtig ist daher vor allem: Es gilt mit der Situation richtig umzugehen.

## **ANNAHME VERZWEIFLUNG UND ERSCHÖPFUNG SIND IN ORDNUNG**

---

Gerade am Anfang solltest du als Eltern noch viel Energie, sich um dein anspruchsvolles Baby zu kümmern.

Aber wie oft gehen wir bereits in der Tiefe erschöpft in eine Schwangerschaft, wie oft ist sie sorgenbehaftet wegen Prä-nataler Befunde, wie oft sind wir erschöpft von einer traumatischen Geburt?

Auch wenn es platt klingt:

- Diese wahnsinnig anstrengende Phase in deinem Leben wird vorübergehen.
- Und du kannst durch deine Hingabe an dein Kind einen großen Unterschied machen!
- Nutze jede Gelegenheit um neue Kraft zu schöpfen.

## HINGABE IST DER SCHLÜSSEL

---

Wohlgemerkt: Hingabe, nicht Selbst-Aufgabe!

Wichtig ist, dass du dich dabei nicht aufopfern darfst.

Sorge dafür dass Du mit einigermaßen aufgeladenen Akkus in die Schreintensiven Abend Stunden gehst, also tagsüber frische Luft geschnappt hast, etwas gegessen hast und eventuell die kleinen Schlafphasen deines Kindes mitgeschlafen hast.

Mach außerdem ein klares Agreement mit deinem Partner, dass er spätestens um 16 Uhr zu Hause ist.

Denn in den Abendstunden steigt der Cortisol Spiegel deines Kindes automatisch an und somit steigt auch die Schrei Intensität.

JETZT schlägt die Zeit für wahre Helden, Mamas UND Papas!

## TRAU DICH SCHWÄCHE ZU ZEIGEN

---

Ein Schreibaby ins Leben zu begleiten braucht ein Team, am besten eine Großfamilie, noch besser ein Dorf.

Fangt als Paar an, der Chef vom Papa muss in diesem Zeitraum Verständnis haben dass er nicht erst um 17:00 Uhr das Büro verlässt sondern in diesen Monaten frühzeitig zur Unterstützung der Mutter eilt. (siehe oben)

Ladet Eltern und Schwieger Eltern ein euch vor allem mit Stärkendem warmen Essen zu

versorgen, den Einkauf und den Haushalt zu erledigen anstatt mit guten Ratschlägen per Telefon.

## NUTZE DIE MACHT DER DREISTEN DREI DEALS

---

Für die Begleitung deines Kindes durch die Schreiphasen empfiehlt es sich eben die paradiesischen Zustände aus dem Mutterleib so gut wie möglich nach zuahmen um deinem Kind bei der Regulation, der Verarbeitung der Geburt und beim Ankommen in der neuen Welt zu helfen.

Schwereelosigkeit und Aufhebung der Schwerkraft durch tragen, das spüren von Grenzen und Begrenzungen wie in der Gebärmutter im Bauch der Mutter und Nähe zu den Fließgeräuschen des mütterlichen Bauches und Herzens durch:

- Tragen/Tragetuch,
- Pucken (geborgen einwickeln),
- Nähe und wohltuende Geräusche

Teile deine Erfahrungen mit uns gerne in der Facebook Gruppe #Kinderblüte:

[HIER GEHT'S ZUR FACEBOOK GRUPPE](#)

**Mehr Infos und und Termin buchen auf:**

[stefanrieth.com](http://stefanrieth.com)



### **Der essentielle Ratgeber von Stefan**

Wie Kinder mit Osteopathie zu dem erblühen, was sie sein können.

In 5 einfachen Schritten zu bestmöglicher Entwicklung, Gesundheit und Vitalität.

### **Buch jetzt bestellen:**

[Sheema Verlag](#)

[Amazon](#)

### **Stefan Rieth**

Praxis für Osteopathie

Baubergerstraße 16

80992 München

Tel.: +49 (0)89 – 450 799 70

Mail: [info@stefanrieth.com](mailto:info@stefanrieth.com)

