

## Sicheres Schlafen für Babies

Utl.: Stadt Wien startet Informationsoffensive gegen Plötzlichen Kindstod

Wien, (OTS) "Information ist das beste Mittel gegen Verunsicherung", erklärte Gesundheitsstadtrat Dr. Sepp Rieder am Montag im Rahmen der Präsentation der Wiener Informationskampagne "Sicheres Schlafen für Babies". Die Kampagne richtet sich sowohl an junge Eltern als auch MitarbeiterInnen im Spitals- und Sozialbereich und setzt statt auf Verbote und Drohungen auf positiv formulierte Tipps und Hinweise zur Vermeidung des "Plötzlichen Kindstod" (SIDS). Die Kampagne ruht auf zwei Pfeilern: Einerseits einer Plakatkampagne auf geburtshilflichen und Kinderabteilungen, andererseits auf einer intensiven Informationsoffensive in Form eines eigenen Ausbildungsprogrammes für Spitalspersonal. Getragen wird die Initiative vom Wiener Krankenanstaltenverbund (KAV), dem Dezernat Gesundheitsplanung der MA-Landessanitätsdirektion und vom Fonds Gesundes Österreich.

"Angst ist ein schlechter Ratgeber, wenn es gilt, SIDS zu vermeiden", meinte Rieder. "Vielmehr wollen wir werdenden und jungen Eltern positive Anreize und Tipps geben, um ein mögliches Risiko so gering wie möglich zu halten." Dafür seien neben handfesten Informationen vor allem psychologisch geschulte und einfühlsame Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter notwendig.

Am Mediengespräch am Montag nahmen neben Rieder auch der stellvertretende Generaldirektor des Wiener Krankenanstaltenverbundes, Prim. Dr. Ludwig Kaspar, der Vorstand der Univ.Klinik für Kinder- und Jugendheilkunde, Abt. für Neonatologie, angeborene Störungen und Intensivmedizin, Univ.Prof. Dr. Arnold Pollak, der Projektkoordinator von "Sicheres Schlafen für Babies", Dr. Osman Ipsiroglu, sowie der Geschäftsführer des Fonds Gesundes Österreich, Dennis Beck, teil.\*\*\*\*

Zwtl.: Österreichische Kinderärzte lieferten wissenschaftliche Grundlage

Wissenschaftliche Grundlage für die am Montag vorgestellte Informationsoffensive ist ein gemeinsames Konsensuspapier der

österreichischen Gesellschaft für Kinderheilkunde. Wien ist das erste Bundesland, das die darin formulierten Empfehlungen auf breiter Basis qualitätsgesichert und standardisiert umsetzt.

Zwtl.: SIDS: Positiver Trend in den letzten Jahren

Generell ist in den vergangenen Jahren die Zahl der SIDS-Opfer in Wien und Österreich zurückgegangen. In Wien starben 1998 10 (0,64 Promille), 1997 ebenfalls 10, 1996 18 und 1995 20 Babies an SIDS. In ganz Österreich starben 1998 47 Babies (0,54 Promille), wobei international die Rate in Großstädten, vermutlich aufgrund der Umwelteinflüsse, immer höher ist als in ländlichen Gebieten. In Österreich stirbt im Durchschnitt jedes 1.500ste Kind am Plötzlichen Kindstod.

Zwtl.: Ziele von "Sicheres Schlafen für Babies": Senkung der SIDS-Rate innerhalb von zwei Jahren

Hauptziel der Informationskampagne "Sicheres Schlafen für Babies" ist die Senkung der SIDS-Rate im Raum Wien unter die gesamtösterreichische Rate innerhalb von zwei Jahren. Erreicht werden soll dies durch folgende Maßnahmen:

Intensive, an genau vorgegebene Qualitätskriterien geknüpfte Aufklärungsgespräche mit den Eltern vor und nach der Geburt. Gesprächspartner dabei sind Geburtshelfer, Kinderärzte, Hebammen, Pflegepersonen, Sozialarbeiter etc.

Im Zentrum sowohl der Beratungsgespräche als auch der Plakatserie steht das Thema "Schlafen im Säuglingsalter". Es werden keine Ängste oder Verunsicherung ausgelöst, sondern allgemeine Pflege-, Komfort- und Sicherheitstipps gegeben. Verzicht auf Verbote und "Angstbegriffe" sowie auf Verwendung der Begriffe "Plötzlicher Kindstod" und "SIDS". Dazu werden ab Herbst 2000 rund 200 Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter von betroffenen Abteilungen an einem jeweils zweieinhalbtägigen Kommunikations-Workshop teilnehmen. In der Folge werden auch regelmäßige Auffrischkurse angeboten.

Zwtl: SIDS: Vier Hauptrisikofaktoren

In den vergangenen Jahren hat die Wissenschaft für das Auftreten des Plötzlichen Kindstodes folgende Hauptrisikofaktoren

ausgemacht:

- o Bauchlage und falsches "Betten"
- o Überwärmung
- o Rauchen
- o Fehlende Nähe

An diesen Faktoren orientiert sich auch die geplante Plakatserie, bestehend aus vier Sujets, die vorerst an Kinderabteilungen und geburtshilflichen Abteilungen affiziert werden:

- o "Sicheres Schlafen - Ich mag .... Rückenlage"

Schlafen in Rückenlage - im Wachzustand Bauchlage. Wenn gesunde Babies erbrechen, ist die Gefahr des Erstickens in Rückenlage nicht größer als in Bauch- oder Seitenlage. Reife Babies atmen in Rückenlage am besten.

Je früher das Neugeborene an die Rückenlage gewöhnt wird, desto eher schläft es auch später in dieser Position. Ausnahmen mit Kinderfacharzt besprechen: Z.B. bei Erkrankungen oder wenn das Kind keinen erholsamen Schlaf findet. Wichtig ist eine gute Luftzirkulation im Kopfbereich, z.B. durch einen weit offenen Baldachin, keine Kopfkissen, keine losen Windeln oder Kuscheltiere.

Wärmeflaschen, Tuchent und Schaffelle überwärmen das Baby. Schaf- oder Lammfelle sind nicht atmungsaktive, sie erhöhen die Gefahr der Überwärmung und stellen ein hygienisches Problem dar.

- o "Sicheres Schlafen - Some like it hot .... ich nicht"

Die optimale Raumtemperatur beträgt 18 bis 20 Grad. Je höher die Raumtemperatur (z.B. Hochsommer, überheizter Raum im Winter), desto leichter sollte der Säugling bekleidet sein. Regelmäßiges kurzes Lüften (Stosslüften) sichert Frischluft (Säugling vor Zugluft schützen).

Zu trockene Raumluft vermeiden, im Bedarfsfall nasse Wäsche aufhängen, Luftbefeuchter aus hygienischen Gründen vermeiden. Fühlt sich die Haut des Babies zwischen den Schulterblättern warm an, so ist ihm ausreichend warm. Schwitzt das Baby, wenn es ruhig

liegt, ist ihm zu heiß.

Insbesondere bei Fieber (Infekten) muss das Kind ausreichend Wärme abgeben können - daher abdecken und viel trinken lassen. Auf Bekleidung aus Naturmaterialien achten.

Nach dem ersten Lebensmonat braucht ein Baby nicht mehr Bekleidung als ein Erwachsener. Eine Kopfbedeckung oder Fäustlinge sind in der Wohnung nicht notwendig. Bei Matratzen und Bettzeug unbedingt auf Naturmaterialien achten.

o "Sicheres Schlafen - Ich steh auf .... rauchfrei"

Eltern sollten während der Schwangerschaft und nach der Geburt nicht rauchen. Die Wohnung, in der der Säugling lebt, sollte unbedingt rauchfrei bleiben, um z.B. kindliches Asthma in den ersten Lebensjahren zu vermeiden.

Beim Stillen gelangen Rauchinhaltsstoffe durch die Muttermilch zum Baby, daher soll in der Stillzeit auf das Rauchen verzichtet werden. Wenn das Rauchen unbedingt nötig ist, direkt nach einer Stillmahlzeit rauchen.

Wenn die Eltern/Besucher nicht auf das Rauchen verzichten können, möglichst nur im Freien, am Balkon, am Gang oder am offenen Fenster rauchen.

o "Sicheres Schlafen - Ich brauche .... Nähe"

Die Bedürfnisse des Babies vom ersten Tag an ernst nehmen, nicht schreien oder allein lassen, in Hörweite bleiben. In diesem Alter kann man Babies nicht verwöhnen.

Durch Haut- und Körperkontakt (streicheln, massieren) können Eltern dem Säugling spürbare Nähe vermitteln, durch Blickkontakt, sprechen, summen, singen, beobachten das Kind kennen lernen und intensiv kommunizieren.

Stress nach Möglichkeit vermeiden, für einen regelmäßigen Tagesablauf sorgen. Gestresste Eltern stressen Kinder.

Jedes Kind hat seinen eigenen Rhythmus: Um herauszufinden, wie viel Abwechslung und Aktivität das Baby mag, beobachten Sie

seine Reaktionen.

Flüge, lange Reisen und Wechsel zu Aufenthalten in großen Höhen (über 1.500 m) können belastend wirken. Das gilt auch für zu viele Amtstermine, Einkäufe, Besuche und Autofahrten an einem Tag ("Reizüberflutung"). (Schluss) nk

Rückfragehinweis: PID-Rathauskorrespondenz:

[www.wien.at/vtx/vtx-rk-xlink/](http://www.wien.at/vtx/vtx-rk-xlink/)

Norbert Kettner

Tel.: 4000/81 845

e-mail: [norbert.kettner@ggs.magwien.gv.at](mailto:norbert.kettner@ggs.magwien.gv.at)

\*\*\* OTS-ORIGINALTEXT UNTER AUSSCHLISSLICHER INHALTLICHER

VERANTWORTUNG DES AUSENDERS \*\*\*

OTS0138 2000-06-26/12:31

261231 Jun 00

Link zur Aussendung:

[http://www.ots.at/presseaussendung/OTS\\_20000626\\_OTS0138](http://www.ots.at/presseaussendung/OTS_20000626_OTS0138)