

Gerade noch rechtzeitig schlüpfte ich in das Hinterzimmer des kleinen Ladens für Kinderbekleidung in Berlin-Schöneberg. Hier findet heute ein Kurs zur Ersten Hilfe bei Kindern statt. Außer mir haben noch etwa zehn Paare auf den Holzstühlen Platz genommen, ein paar Frauen sind allein gekommen. Einige haben ihre Kinder mitgebracht, die auf dem Boden in Richtung von drei großen Puppen krabbeln. Eine Säugling-, eine Krabbelkind- und eine Kleinkindpuppe. „Wie schön, dass Sie alle pünktlich gekommen sind!“, freut sich Kursleiterin Regina Widera, eine große Frau mit dunklem Bob und strahlendem Lächeln. „Dann können wir ja anfangen!“

Wo kann ich meinen Säugling gefahrlos ablegen, wenn ich kurz ans Telefon muss?

- a auf dem Sofa
- b auf seiner Krabbeldecke am Boden
- c auf dem Wickeltisch

Diese Antwort wissen noch viele im Raum. Stürze stellen für Kleinkinder eine häufige Gefahr dar. Auch wenn sich der Säugling noch nicht allein fortbewegen oder drehen kann, sind abrupte Bewegungen nie ganz ausgeschlossen. Richtig ist deshalb Antwort b. Lassen Sie Ihr Kind also nicht unbeaufsichtigt auf dem Wickeltisch liegen und plazieren Sie es, auch wenn Sie nur kurz den Raum verlassen, unbedingt so, dass es nirgendwo herunterfallen kann.

„Bevor wir richtig loslegen, habe ich erst noch eine Frage an Sie“, sagt die Kursleiterin. „Gab es für Sie einen Anlass dafür, diesen Kurs zu besuchen?“

Daraufhin sprudeln die Eltern nur so los. „Wir haben uns für den Kurs angemeldet“, erzählt ein Vater, auf dessen Schoß sich ein etwa einjähriges Kind an-schmiegt, „weil unser Sohn einmal in der Nacht plötzlich Atemnot hatte. Er hat ganz röchelnd geatmet, es klang, als würde er ersticken. Es war zum Glück doch nicht so dramatisch, aber in dem Moment ist mir klargeworden, dass ich gar nicht wusste, was ich machen soll, wenn es mal wirklich ernst ist.“

Was können Eltern tun, wenn das Kind plötzlich nachts schlecht Luft bekommt?

- a Wasserdampf einatmen lassen
- b Nach draußen gehen und kalte Nachtluft einatmen lassen
- c Kräftig auf den Rücken hauen

Möglicherweise handelt es sich bei solch nächtlicher Atemnot um einen Pseudokrapp-Anfall. Diese spezielle Form der Atemnot tritt in der kalten Jahreszeit oft bei Kindern bis zum Alter von fünf Jahren auf. Die Luftröhre schwillt zu, und das Kind hat das Gefühl zu ersticken. Das ist aber in den seltensten Fällen lebensbedrohlich. Wichtig ist bei einem Pseudokrapp-Anfall, Ruhe zu bewahren – auch wenn das Kind röchelt wie ein asthmatischer Seehund. Man sollte mit dem Kind, nachdem man es warm eingepackt hat, aus offene Fenster oder auf den Balkon gehen, um kalte Nachtluft zu atmen. Antwort b ist richtig. Das lässt die Schleimhäute wieder abschwellen. Auch die kalte Luft aus dem Kühl-schrank hat einen ähnlichen Effekt. Wenn die Symptome dennoch nicht verschwinden oder gar die Lippen bläulich anlaufen, sollte man aber dringend den Notruf wählen.

Eine Frau mit zwei kleinen Töchtern erzählt: „Wir sind hier, weil unsere Tochter, als wir vor ein paar Wochen im Restaurant waren, fast erstickt wäre. Sie hat sich verschluckt, an einem Stück Bratwurst. Zum Glück ist es noch mal gut ausgegangen. Aber wir haben uns total hilflos gefühlt, und deswegen habe ich uns hier angemeldet.“

Wie breit ist der Luftröhren-durchmesser eines Kindes?

- a 8 mm: so breit wie ein Bleistift
- b 10-15 mm: so breit wie der kleine Finger eines Erwachsenen
- c 2 mm: so breit wie ein Zahnstocher

Die Kursleiterin erklärt: Die Luftröhre eines Kleinkindes ist etwa so breit wie ein Bleistift (Antwort a). Gerade in dem Alter, in dem die Kinder anfangen zu krabbeln und noch alles in den Mund stecken, kann eine herumliegende Erdnuss oder ein Legoteilchen zur Lebensgefahr werden, wenn es aus Versehen in die Luftröhre gelangt. Wenn das Beikostalter erreicht ist, können auch abgeschabte Apfel- oder Möhrenstückchen gefährlich werden.

Dann greift Widera zu einer der Puppen. „Das ist mir ein wichtiges Anliegen, dass Sie das alle einmal richtig probieren“, sagt sie, während sie die Übungspuppe herumreicht. Die Eltern sollen sich vorstellen, diese Puppe habe gerade ein großes Stück im Hals hängen. Was dann tun?

„Das Kind mit dem Kopf voran über das Bein legen. Bei größeren Kindern: über eine Stuhllehne hängen. Und dann wirklich fest zwischen die Schulterblätter schlagen“, sagt Widera. Der erste Teilnehmer nimmt die Puppe, legt sie sich über das Bein und schlägt verzagt darauf. „Fester!“, ruft Widera. „Das kann ein richtiges Geräusch geben!“ Die Puppe macht die Runde, die Teilnehmer schlagen ihr mit einem dumpfen Knallen auf den Rücken, unter den anfeuernden Rufen der

Autsch, das tat weh

Wenn Kinder stürzen, sich verbrühen oder Wunden haben, sind Eltern oft mit ihrer Sorge überfordert. *Friederike Kenneweg* hat einen Erste-Hilfe-Kurs für Kinder besucht und fragt: Hätten Sie gewusst, was zu tun ist?



Wenn Kinder etwa mit dem Fahrrad stürzen, fragen sich Eltern sofort: Ist es schlimm? Und wie versorge ich die Wunde am besten?

Foto: dpa

Kursleiterin. „Genau so! Das muss eine Erschütterung geben!“ Als ich meine Hand fest auf den Puppenrücken nieder-sausen lasse, bin ich erstaunt von der Kraft, die die Kursleiterin uns abverlangt.

Wenn einem Kind etwas in der Luftröhre stecken geblieben ist, bleibt nicht viel Zeit. Lediglich drei bis fünf Minuten kann das Gehirn ohne Sauerstoff auskommen, so dass jeder Augenblick zählt. Bis zu fünf Mal sollte man einem Kind auf den Rücken schlagen und jeweils kurz warten, ob sich der Fremdkörper durch die Erschütterung gelöst hat. Ist das nicht der Fall, muss das Heimlich-Manöver angewendet werden. Bei Kindern unter einem Jahr wird dafür mit zwei Fingern der Brustkorb um etwa ein Drittel seines Volumens heruntergedrückt. Das löst einen künstlichen Hustenreiz aus. Auch dies wird fünf Mal wiederholt, danach wieder auf den Rücken geklopft, für den Fall, dass sich der Gegenstand jetzt gelockert hat. Wenn das alles nicht hilft, wird es wirklich brenzlich.

Mein Kind bekommt keine Luft mehr, es regt sich nicht mehr. Wie lauten die offiziellen Wiederbelebensmaßnahmen?

- a Bei Säuglingen muss man nicht beatmen, nur auf das Brustbein drücken.
- b Man sollte erst fünf Mal beatmen, bevor man abwechselnd 15 Mal auf das Brustbein drückt und zweimal beatmet.
- c Man beginnt mit 15 Drückern auf das Brustbein und beatmet dazwischen immer 3 Mal.

Bei kleinen Kindern führt häufig nicht ein Problem am Herzen, sondern ein Problem mit der Atmung zu einer solchen lebensbedrohlichen Situation (anders als bei Erwachsenen). Deshalb ist es wichtig, dass Kinder Sauerstoff ins Blut bekommen, damit der Kreislauf weiter funktioniert. Deshalb sollte man bei ihnen vor Beginn der Herzdruckmassage initiale fünf Beatmungen durchführen. Mehr Blut im Sauerstoff führt dann, in Verbindung mit der Herzdruckmassage, zu einer besseren Organversorgung. Der Rhythmus von Herzdruckmassage zu Beatmung liegt bei Kindern nach den fünf Initialbeatmungen bei 15:2. Antwort b ist also richtig.

Beatmen und Drücken müssen dann alle Eltern an den Puppen üben. Und

man merkt, auch wenn die Vorstellung furchtbar ist, es tut gut, sich für den Ernstfall zu rüsten. Dann geht es mit einer Verletzung weiter, die nicht gleich lebensbedrohlich ist.

Und was ist, wenn das Kind einen Gegenstand verschluckt hat?, fragt ein Elternteil. „Es ist erstaunlich, aber sehr viele Dinge kommen nach der entsprechenden Zeit ziemlich unverändert einfach unten wieder raus“, sagt die Kursleiterin. Man solle sein Kind aber beobachten und darauf achten, ob es Auffälligkeiten zeigt oder Schmerzen hat. Und bei manchen Gegenständen muss man sich wirklich Sorgen machen. „Billige Batterien werden von der Magensäure angegriffen und können Verätzungen im Verdauungstrakt hervorrufen“, warnt Widera. Und auch Magneten können Probleme bereiten – jedenfalls dann, wenn sich zwei oder mehr Magneten gleichzeitig durch die Darmschlingen bewegen und aneinander haften bleiben.

Mein Kind hat etwas Giftiges gegessen. Was sollte ich tun?

- a Den Giftmofur anrufen
- b Ihm Milch zu trinken geben
- c Erbrechen auslösen

Man sollte bei Vergiftungserscheinungen immer, wie es Antwort a vorgibt, den Giftmofur anrufen, der einem sagen kann, wie man am besten vorgeht. Bei ätzenden Giftstoffen wie Reinigungsmitteln kann es die bereits vom ersten Schlucken angegriffene Speiseröhre ein zweites Mal belasten, wenn Erbrechen ausgelöst wird. Wenn man dem Kind Milch zu trinken gibt, kann das dazu führen, dass sich das Gift erst richtig im Körper verteilt – jedenfalls, wenn der Giftstoff fettlöslich ist und die Milch das entsprechende Fett erst bereitstellt. Besser ist es, dem Kind Wasser zu trinken zu geben, das den Giftstoff verdünnt – zumindest, wenn das nicht zu Erbrechen führt.

Ein weiteres Gefahrenfeld, vor dem Regina Widera die Eltern warnt, sind Verbrennungen oder Verbrühungen. Wie schnell ist es passiert, und das Krabbelkind auf dem Schoß hat die Tasse Tee umgestoßen oder in den Teller mit der heißen Suppe gefasst. Für Kleinkinder sind solche Unfälle weitaus gefährlicher als für Erwachsene, weil die Haut noch nicht so robust ist. Zeigt sich bei Erwachsenen nur eine Hautrötung, können bei Kin-

dem schon Verbrennungen zweiten Grades auftreten.

Was machen, wenn das Kind sich etwas Heißes übergeschüttet hat?

- a Angezogen unter kaltes Wasser stellen
- b Das Kind ausziehen und mit handwarmen Wasser abwaschen
- c Löcher in die Kleider schneiden und mit handwarmen Wasser die verbrühten Stellen kühlen

Hat sich das Kind eine Tasse Tee übergelassen, sollte es umgehend ausgezogen werden – und zwar auch die Windel. Die Haut sollte mit handwarmem Wasser höchstens zehn Minuten gekühlt werden (nicht kälter und nicht länger, weil Kinder schnell auskühlen). Antwort b ist richtig. Wenn eine Fläche betroffen ist, die größer ist als die Hand des Patienten, sollte umgehend ein Arzt aufgesucht werden. Und wie kommt man dann am sichersten mit dem schreienden Kind zu einem Arzt? Auch da gibt es Tipps im Kurs.

Womit sollte man eine nässende Wunde, etwa nach einer Verbrennung oder Verbrühung, auf dem Weg zum Arzt verbinden?

- a mit einem Geschirrtuch
- b mit einer Mullbinde
- c mit Frischhaltefolie

Wenn man keinen speziell für nässende Wunden geeigneten Verband aus der Apotheke zur Hand hat, sollte man eine Brandblase am besten mit Frischhaltefolie abdecken (Antwort c). Mullbinden oder Geschirrtücher können mit der Wunde verkleben, was unnötige Schmerzen und weitere Schädigungen bei der Entfernung nach sich ziehen kann.

Nicht nur im Haus warten Gefahren auf die Kleinen. Gerade jetzt, wo der Frühling in der Luft liegt, kann der Spielplatz zum Risikobereich werden. Dann etwa, wenn Klettergerüste bestiegen werden und später der schnelle Weg nach unten gewählt wird.

Ein Kind ist vom Klettergerüst gefallen. Wann ist es nicht so schlimm?

- a Wenn es direkt anfängt zu schreien, muss ich mir keine Gedanken machen.
- b Wenn es nach spätestens einer halben Stunde wieder spielt, als wäre nichts geschehen, ist alles in Ordnung.

c Wenn mein Kind auf den Kopf gestürzt ist, sollte ich einen Arzt aufsuchen – insbesondere wenn sich das Kind in den folgenden 24 Stunden anders als sonst verhält.

Wenn ein Kind gestürzt ist und sich möglicherweise am Kopf verletzt hat, dann muss man sofort den Notarzt rufen, sofern es bewusstlos oder nicht ansprechbar ist, wenn es aus dem Ohr blutet, wenn es Gleichgewichtsstörungen hat oder wenn es sich erbricht. Wenn das Kind innerhalb von 24 Stunden nach dem Sturz irgendwelche dieser Anzeichen an den Tag legt, wenn es über starke Kopfschmerzen klagt oder sonstige Auffälligkeiten zeigt, dann sollte dringend ein Arzt aufgesucht werden. Richtig ist Antwort c.

Und als wäre ein Sturz aus einigen Metern Höhe nicht schon genug, konstruiert Widera auch noch den Fall, dass dabei ein Zahn verlorengeht.

Wie sollte man einen abgebrochenen Zahn aufbewahren?

- a In einem Becher mit H-Milch
- b In einem Döschen mit Desinfektionsmittel
- c im Mund

Wenn der Zahn gerettet werden soll, darf die Zahnwurzel nicht antrocknen. In der Apotheke gibt es spezielle Zahnrettungsboxen mit einer Nährlösung, in denen ein Zahn sicher transportiert werden kann. Ist eine solche nicht zur Hand, gilt Antwort a. H-Milch oder ein Gefrierbeutel eignen sich im Notfall auch zur Aufbewahrung. Im Mund sollte ein Zahn nicht transportiert werden, weil es da zu warm ist und Keime den Zahn angreifen könnten. Der Zahn sollte weder desinfiziert noch abgespült werden, und es sollte unbedingt vermieden werden, die Zahnwurzel anzufassen. Wenn man mit dem beschädigten Zahn im Gepäck innerhalb von sechs Stunden eine Zahnklinik aufsucht, ist es vielleicht möglich, den Zahn zu retten.

Dehydrierung, Fieberkrampf, Ertrinken, Hitzschlag, Sonnenstich: Am Ende der vier Stunden, die der Kurs gedauert hat, erscheint mir die Welt wie eine einzige Gefahrenzone. Welch ein Wunder, dass mein Kind sein erstes Lebensjahr einigermaßen unbeschadet überstanden hat! Aber da ich nicht weiß, was kommt, fühle ich mich jetzt zumindest ein bisschen besser vorbereitet.

DER LANDARZT



ES IST IHR RECHT

VON DR. THOMAS ASSMANN

Vor zwei Wochen untersuchte ich eine etwa Dreißigjährige mit einer leichten Erkältung bei uns in der Praxis. Ich war etwas überrascht, denn normalerweise kam die junge Dame immer in Begleitung eines etwa gleichaltrigen Mannes; beide verstanden sich sehr gut, wir hatten in der Praxis den Eindruck, dass die beiden ein Paar waren. Nichts Ungewöhnliches, oder vielleicht doch? Mich freut es immer besonders, dieses Paar zu sehen, weil beide eine leichte geistige Behinderung haben.

An diesem Morgen sagte mir die junge Dame, dass sie nicht nur Schnupfen habe, sondern auch traurig sei. Ich fragte meine Patientin, warum sie denn traurig sei, das könne doch nicht nur an der Erkältung liegen.

Sie schaute mich kurz an, dann schossen ihr die Tränen in die Augen, und halb weinend, halb wütend sagte sie zu mir: „Der Bernd darf mich nicht mehr begleiten.“

Was war passiert? Beide stehen aufgrund ihrer geistigen Behinderung unter Betreuung. Das heißt, das Gericht hat ihnen einen Betreuer an die Seite gestellt. Dieser regelt alle Angelegenheiten dieser Menschen, die sie selbst nicht verantworten können – etwa die Finanzen und auch die Gesundheitsversorgung. Beide Betreuer hatten beschlossen, die beiden Menschen zu trennen und unter anderem zu unterschiedlichen Ärzten zu schicken. Die Betreuer wollten augenscheinlich damit den sehr engen Kontakt zwischen den beiden unterbinden.

Ich weiß, ich habe Ihnen in der vergangenen Woche schon von einer behinderten Patientin berichtet. Aber diese Menschen mit ihren Möglichkeiten, Rechten, ihrer Lebenslust und ihren Einschränkungen beschäftigen mich – auch eben immer wieder in meinem Alltag als Arzt. Und in diesem Zusammenhang erscheint mir immer noch das Thema Sexualität von Behinderten – neben der Sexualität von älteren Menschen – in unserer Gesellschaft mit einem sehr großen Tabu behaftet zu sein. Eine öffentliche Diskussion darüber nehme ich nicht wahr.

Auf der einen Seite ist Sexualität und Zuneigung eines der elementaren Dinge im menschlichen Leben. Auf der anderen Seite ist auch verständlich, dass für diese Menschen eine eventuelle Elternschaft kein normales, unbelastetes Thema sein kann.

Ich kenne ein behindertes Paar, das Kinder bekommen hat, und ich habe als Arzt Situationen mit ihnen erlebt, die deutlich gemacht haben: Einfach ist das nicht.

Ich persönlich finde es deshalb sehr schwierig, eine „Grenze“ zu ziehen. Wo sollte, wo muss man Menschen mit Behinderung eine freie Sexualität und den Wunsch nach einer Familie möglich machen – als ein elementares Menschenrecht? Und wo muss man vielleicht Vorkehrungen treffen, ein Auge drauf haben? Die Frage ist: Darf man es ihnen überhaupt verwehren?

Ich frage mich in solchen Momenten in meiner Praxis: Was ist unsere Moralvorstellung? Was würden wir uns für unsere Angehörigen oder uns selbst wünschen?

Ich glaube, diese Entscheidungen sind sehr, sehr schwierig und immer individuell von Mensch zu Mensch zu treffen. Eine Patentlösung habe ich leider auch nicht.

Letzte Woche kam meine junge Patientin erneut zu mir. Der Schnupfen war weg, aber ihr Freund war jetzt wieder dabei.

Ich weiß nicht, was passiert ist, aber offensichtlich haben die Betreuer der beiden sich umentschieden. Ich konnte richtig merken, wie glücklich meine Patientin darüber war. Und auch wenn ich nicht weiß, welche Entscheidungswege gegangen wurden: Ich freue mich einfach für die beiden.

Innen, lieber Leser, wünsche ich nun eine schöne Woche und dass langsam der Frühling wirklich kommt!

Ihr Landarzt

Dr. Thomas Assmann, 54 Jahre alt und Internist, hat eine Praxis im Bergischen Land.