

## Warum sind Lefaxin® Bayer Tropfen besonders gut für Säuglinge geeignet?

- schnell wirksam
- nehmen den Druck und entspannen den Bauch
- gut verträglich
- Wirkstoff wird vom Körper nicht aufgenommen
- frei von Zucker, Alkohol und Farbstoffen
- angenehmer Geschmack



- einfache Anwendung durch praktische Dosierpumpe: 1–2 Pumpstöße der Suspension werden entweder direkt zu den Milchmahlzeiten ins Fläschchen zugefügt oder direkt vor den Stillmahlzeiten mit einem Löffel verabreicht.



Tropfen  
zu 50 ml und 100 ml

Über Wirkung und mögliche unerwünschte Wirkungen informieren  
Gebrauchsinformation, Arzt oder Apotheke.

 Bayer HealthCare

# Tipps bei Säuglings- koliken

MIT  
PRAKTISCHER  
DOSIERPUMPE



[www.lefaxinbayer.at](http://www.lefaxinbayer.at)



## Säuglingskoliken

Säuglinge leiden in den ersten Lebensmonaten oft unter Blähungen, die sich zu Krämpfen (so genannten Dreimonatskoliken) steigern können. Da die Säuglinge in diesem Fall heftige Schmerzen verspüren, äußern sich diese Krämpfe häufig in Schreiatacken.



## Wie kommt es zu Blähungen bei Säuglingen?

- beim Trinken wird Luft geschluckt
- diese Luft wandert zusammen mit der Milch in den Magen
- im Magen bildet sich durch den Kontakt von Milch und Luft ein zäher feinblasiger Schaum
- der Verdauungsapparat eines Säuglings funktioniert noch nicht reibungslos, weshalb der Schaum nicht aufgelöst wird
- die Folge: die Schaumblasen wandern in den Darm und verursachen dort schmerzhaften Druck, der sich bis zu kolikartigen Schmerzen steigern kann



## Symptome

- etwa eine halbe Stunde nach der Nahrungsaufnahme fängt das Baby zu schreien an und kann nur schwer getröstet werden
- der kleine Bauch rumort, ist deutlich gebläht und hart
- der Säugling zieht die Beine an und scheint gegen irgendetwas zu kämpfen
- sein Gesicht kann rot anlaufen – vom Schreien oder vom angestregten Drücken
- manche Kinder strecken sich auch und versuchen sich auf diese Weise Erleichterung zu verschaffen

Die Schmerzen können mehrere Stunden andauern und bessern sich erst durch die Ausscheidung von Stuhl und Darmgasen.

Im Normalfall sind Bauchschmerzen und anhaltendes Schreien unbedenklich. Dennoch müssen in erster Linie andere Ursachen ausgeschlossen werden. Fragen Sie daher Ihren Kinderarzt, Ihre Hebamme oder Ihre Stillberaterin, ob es sich tatsächlich nur um Dreimonatskoliken handelt.



## Wie kann man Blähungen vorbeugen?

Es ist möglich, die quälenden Blähungen Ihres Kindes von vornherein zu lindern oder zu verhindern, wenn Sie einige Regeln beachten.

### Richtige Ernährung der Mutter

Sie dürfen alles essen, was Ihnen schmeckt, solange es einer ausgewogenen Mischkost entspricht. Allerdings sollten Sie Nahrungsmittel, auf die Ihr Baby mehrmals reagiert, vom Speiseplan streichen. Blähungen können selten, aber doch eine Überempfindlichkeit auf einen Nahrungsbestandteil sein. Sollten Sie den Eindruck haben, dass Ihr Baby auf ein Nahrungsmittel empfindlich reagiert, dann verzichten Sie einige Tage darauf. Es gibt allerdings keine generellen Richtlinien, was Sie essen sollen bzw. was Ihr Baby verträgt und was nicht.

## EHER UNGÜNSTIG SIND IM NORMALFALL

- Kohlrarten (Broccoli, Krautsalat)
- Lauchsarten (Zwiebel, Schnittlauch, Knoblauch)
- Hülsenfrüchte (Bohnen, Linsen)
- frisches Steinobst (Pflaumen, Kirschen)

## DIE BESSERE ALTERNATIVE SIND

- Zucchini, Auberginen
- Salat, Karotten, Kartoffeln, Spinat
- Pilze



### Luftfreies Füttern

Ihr Kind kann beim Stillen leicht viel Luft mitschlucken. Das kann verhindert werden, wenn es nicht nur an der Brustwarze, sondern am gesamten Warzenhof saugt. Wenn das Kind mit dem Bauch tiefer als mit dem Kopf liegt, kann verschluckte Luft noch während des Trinkens aus dem Magen nach oben steigen und entweichen.

### Entspannte Atmosphäre

Auch psychische Faktoren können Koliken fördern: Ihre eigene Anspannung und Hektik können sich auf Ihr Kind übertragen. Nehmen Sie sich daher Zeit und versuchen Sie, eine entspannte Atmosphäre ohne viel Ablenkung zu schaffen. Ziehen Sie sich in eine ungestörte Ecke zurück und hören Sie dabei schöne Musik.

### Das Bäuerchen

Wichtig ist das Aufstoßen nach der Mahlzeit, um die unwillkürlich geschluckte Luft entweichen zu lassen. Dazu halten Sie Ihr Kind an Ihren Oberkörper, klopfen leicht auf den Rücken oder streicheln über das Köpfchen. Sie können es auch auf Ihre Oberschenkel legen und langsam bis zum Sitzen aufrichten, wodurch Luftbläschen nach oben steigen und entweichen können.



## Schnelle und zuverlässige Hilfe

Lefaxin® Bayer ist das ideale Produkt bei Blähungen. Sein Wirkstoff Simethicon beeinflusst die Oberflächenspannung der vielen kleinen Gasbläschen

des Schaums im Darm. Der Schaum fällt zusammen, Luft und Darmgase können vom Körper aufgenommen werden und ihn auf natürlichem Weg verlassen. Der unangenehme Druck und das Spannungsgefühl lassen nach.



## Wie kann ich meinem Kind bei Blähungen helfen?

Das wohl einfachste Gegenmittel bei Blähungen sind körpereigene Wärme und Nähe von Mutter oder Vater.

### Der „Fliegergriff“

Kinder genießen das Umhertragen, beispielsweise in einem Tragetuch. Angenehm für Ihr Kind ist auch der so genannte „Fliegergriff“. Dafür legen Sie es bäuchlings auf Ihren Unterarm und schieben die freie Hand unter seinen Bauch – die Wärme und der leichte Druck erleichtern Ihrem Kind oftmals sein Bauchweh.

### Wärme und Bauchmassage

Warme Füße, eventuell mit Hilfe von warmen Fußbädern, mildern bzw. verhindern Bauchweh! Auch ein warmer Bauch schafft Abhilfe. Erwärmen Sie ein Kirschkernel- oder Dinkelkornkissen in der Mikrowelle oder im Backofen. Aber Vorsicht, es darf nicht zu heiß sein! Das Kissen legen Sie auf den Bauch Ihres Kindes und massieren dann die Körperpartie in kreisenden



Bewegungen mit leichtem Druck auf das Kissen oder Sie legen Ihr Kind mit dem Bauch auf eine mit einem Tuch bedeckte Wärmeflasche. Aber Vorsicht, der Verschluss muss richtig zu und auch die Temperatur darf nicht zu hoch sein! Die Lage des Kindes und die zusätzliche Wärme begünstigen das Entweichen der Gase.

#### **Gymnastische Übungen**

Ein gutes Mittel gegen Blähungen sind leichte gymnastische Übungen. Legen Sie Ihr Kind rüchlings ohne Windel auf die Wickelunterlage. Drücken Sie die angewinkelten Beine Ihres Kindes leicht gegen seinen Bauch. Verharren Sie etwa dreißig Sekunden in dieser Stellung. Anschließend strecken Sie die Beine Ihres Kindes wieder langsam. Diese Übung können Sie mehrere Male wiederholen!

## **AUF EINEN BLICK: CHECKLISTEN**

### **CHECKLISTE „VORBEUGEN“**

- bläharme Kost für stillende Mütter
- darauf achten, dass das Kind beim Trinken keine Luft schluckt
- Bläschenbildung in der Flaschenmilch vermeiden
- für eine entspannte Atmosphäre bei der Mahlzeit sorgen
- Geduld beim Bäuerchen
- Kälte vermeiden
- Bauchmassage

### **CHECKLISTE „AKUTE HILFE“**

- Lefaxin® Bayer Tropfen
- Nähe und Körperwärme von Mutter oder Vater
- Tragen im „Fliegergriff“
- Füße warm halten
- leichte gymnastische Übungen
- Einsatz erwärmter Kirschkernkissen
- Bauchmassage
- Anis-/Fenchel-/Kümmeltee