

## Schreien ist die Sprache Ihres Babys.

### Babys schreien, wenn:

- sie Hunger haben.
- sie müde sind.
- sie Ruhe brauchen.
- sie sich Körperkontakt wünschen.
- die Windel voll ist.
- sie schwitzen oder frieren.
- es am Tage sehr unruhig war.
- sie vielen Reizen ausgesetzt waren.  
(z. B. helles Licht, Lärm oder hektische Bewegungen)
- sie Verdauungsprobleme haben.
- ein Zahn wächst.
- sie einem Entzug ausgesetzt sind.
- sie krank sind.
- oder nach traumatischen Geburtserlebnissen.

**Bitte bewahren Sie Ruhe,  
auch wenn es schwer fällt!**

**Weinen und Schreien sind wichtige  
Kommunikationsmittel Ihres Babys!**

### Was können Sie tun, um Ihr Baby zu beruhigen?

- Sprechen Sie ruhig.
- Vermeiden Sie hektische Bewegungen.
- Singen Sie.
- Versuchen Sie es mit einem Umgebungswechsel  
oder einem Spaziergang mit Ihrem Baby.

Falls Ihr Baby nicht aufhört zu weinen:

Legen Sie Ihr Baby an einem sicheren Ort ab. Verlassen Sie kurzzeitig das Zimmer und versuchen Sie sich zu sammeln. Wenn möglich, holen Sie sich Unterstützung. Lassen Sie gesundheitliche Ursachen kinderärztlich abklären.

**Vivantes Netzwerk für Gesundheit GmbH**  
Aroser Allee 72 – 76  
13407 Berlin  
[www.vivantes.de](http://www.vivantes.de)

**Folgen Sie uns auf:**



[www.instagram.com/vivantesgmbh](https://www.instagram.com/vivantesgmbh)  
[www.facebook.com/vivantes](https://www.facebook.com/vivantes)  
[www.twitter.com/vivantes](https://www.twitter.com/vivantes)

**Vivantes**

Deutsch

2021-02-12 | Titelfoto: © alfa27 - adobe.stock.com

**Ihr Baby schreit?**

**Ruhe bewahren.  
Nicht schütteln!**

## Was passiert, wenn ich mein Baby schüttele?

Ein Säugling hat aufgrund seiner schwachen Nackenmuskulatur noch kaum Kontrolle über seinen Kopf. Hinzu kommt, dass der Kopf eines Neugeborenen im Vergleich zum Rumpf sehr groß und schwer ist.

Durch das Schütteln können bleibende Schäden am Gehirn Ihres Babys entstehen. Es kann zu Hirnblutungen kommen. Werden Zellen im Gehirn verletzt, kann die Atmung aussetzen.

## Was kann ich tun, wenn ich die Geduld verliere?

Babygeschrei kann wütend machen und zur Verzweiflung führen. Umso wichtiger ist es, darüber zu reden und sich Hilfe oder Beratung zu holen.

### Sollten Sie dennoch:

- am Ende Ihrer Kräfte sein
- merken, dass Sie die Geduld verlieren,

### dann:

- Legen Sie Ihr Baby an einem sicheren Ort auf dem Rücken ab.
- Verlassen Sie kurzzeitig das Zimmer.\*
- Versuchen Sie sich zu sammeln.
- Atmen Sie ruhig ein und aus.
- Trinken Sie etwas.
- Lenken Sie sich durch andere Tätigkeiten ab.
- Holen Sie sich Hilfe.
- Gehen Sie wieder zu Ihrem Baby.
- Nehmen Sie Ihr Baby liebevoll und fest in den Arm und sprechen Sie mit ihm.
- Wenden Sie sich z. B. an: Hilfsangebote, professionelle Unterstützung.

\*Vermutlich wird Ihr Baby weiter schreien, aber für eine kurze Zeit schadet ihm das nicht.

## Hilfsangebote

- Kinderärztin oder Kinderarzt
- Hebamme oder der Zentrale Hebammenruf  
Tel. 030 214 27 71
- Kinderärztliche Erste-Hilfe-Stelle der KV Berlin  
Tel. 030 31 00 31
- Kinderkliniken
- Berliner Hotline Kinderschutz  
Tel: 030 61 00 61
- Kinder- und Jugendgesundheitsdienste der Bezirke

## Notfallnummern – wenn nichts mehr geht

### Telefonseelsorge

Tel. 0800 111 0 111 oder 0800 111 0 222

### Nummer gegen Kummer – Elterntelefon

Tel. 0800 111 0550

### Überregionaler Bereitschaftsdienst

Tel. 030 390 63 00

(Nachts von 24 bis 8 Uhr sowie an den Wochenenden und Feiertagen von 8 bis 16 Uhr. In dringenden Fällen Hausbesuche, Arzt oder Ärztin in Rufbereitschaft)

## Weitere Hilfsangebote

### SchreiBabyAmbulanz-Kompetenzzentrum Frühe Hilfe e. V.

Hilfe. Direkt, umfassend, persönlich.  
[www.sba-kompetenzzentrum.de](http://www.sba-kompetenzzentrum.de)

### Trostreich

Selbsthilfeinitiative für Familien mit Schreibabys  
[www.trostreich.de](http://www.trostreich.de)

### Familienzelt

Beratungen in Krisenzeiten und Kurse rund um die Geburt  
[www.familienzelt-berlin.de](http://www.familienzelt-berlin.de)

### Berliner Krisendienst

Hilfe in akuten Notsituationen für alle Berlinerinnen und Berliner  
[www.berliner-krisendienst.de](http://www.berliner-krisendienst.de)

### Zum Thema Schütteltrauma

Tipps zum Umgang mit schreienden Babys und Aufklärung über Schütteltrauma  
[www.elternsein.info](http://www.elternsein.info)

### Aufklärungsvideo zum Thema Schütteltrauma

Schütteltrauma-Film der Kinderschutzgruppe der Charité – Universitätsmedizin Berlin, Campus Virchow-Klinikum  
<https://vimeo.com/170459256>

### Vivantes Babyslotsinnen

Die Vivantes Babyslotsinnen stehen Familien in schwierigen Lebenssituationen zur Seite.  
[www.vivantes.de/themen/lebensereignisse/schwangerschaft-geburt/babylotsen/projekt-babylotse](http://www.vivantes.de/themen/lebensereignisse/schwangerschaft-geburt/babylotsen/projekt-babylotse)