

DR. MED. JAN VAGEDES | GEORG SOLDNER

# DAS **Kinder** GESUNDHEITSBUCH



Kinderkrankheiten **ganzheitlich**  
vorbeugen und heilen

Ein Wort zuvor .....	5
<b>1 GRUNDLAGEN DER ANTHROPOSOPHISCHEN MEDIZIN .....</b>	<b>6</b>
Einheit aus Körper, Geist und Seele .....	8
Die ganzheitliche Sichtweise .....	8
Die »Weisheit vom Menschen« .....	9
Die vier Wesensglieder des Menschen .....	10
Die Dreigliederung des Menschen .....	15
Der Start ins Leben .....	20
Ganzheitliche Therapieverfahren .....	25
Individuell und nachhaltig .....	25
Allopathische Medikamente .....	26
Potenzierte Arzneimittel .....	26
Die Kunsttherapien .....	31
Die Heileurythmie .....	35
Die Ich-Kräfte stärken .....	36
Vorsorgen und Impfen .....	37
Mögliche Prophylaxemaßnahmen .....	37
Vorsorgen für eine gesunde Entwicklung .....	38
Vorsorge mit Vitamin K und D .....	43
Impfen: oft eine schwierige Entscheidung .....	46
Antibiotika .....	51
In Ruhe zu Hause gesund werden .....	54
Liebevolle Pflege .....	54
Äußere Anwendungen .....	55
So geben Sie Arzneimittel .....	63
<b>2 KINDER GANZHEITLICH BEHANDELN.....</b>	<b>66</b>
Die Heilkraft des Fiebers .....	68
Die wichtigsten Leitsymptome .....	73

● <b>Erkrankungen der Atemwege</b> .....	80
● Schnupfen S. 83 ● Nasennebenhöhlenentzündung S. 85 ● Vergrößerte Mandeln und Polypen S. 88 ● Hals-/Mandelentzündung S. 90 ● Kehlkopfentzündungen S. 92 ● Pseudokrupp S. 93 ● Erkältung, grippaler Infekt S. 95 ● <i>Info: Hilfe bei Husten</i> S. 96 ● Bronchitis S. 99 ● Lungenentzündung S. 100 ● Asthma bronchiale S. 104 ● <i>Info: Hintergründe zu Asthma bronchiale</i> S. 106	
● <b>Erkrankungen des Magen-Darm-Trakts</b> .....	112
● Dreimonatskoliken S. 119 ● <i>Info: Stillen: die beste Nahrung für Ihr Kind</i> S. 123 ● Refluxkrankheit beim Säugling S. 125 ● Nabelkoliken S. 127 ● Akuter Brechdurchfall, Magen-Darm-Infekt S. 128 ● Verstopfung S. 133 ● Nahrungsmittelunverträglichkeiten und -allergien S. 136 ● Blinddarmentzündung S. 143 ● Pilzinfektionen/Soor S. 144 ● <i>Info: Damit sich Pilze nicht wohl fühlen</i> S. 147 ● Wurm-Erkrankungen S. 148 ● Chronisch entzündliche Darmerkrankungen S. 151 ● Zöliakie S. 159 ● Darmeinstülpung S. 162 ● Leistenbruch, Nabelbruch S. 163	
● <b>Die klassischen Kinderkrankheiten</b> .....	164
● Dreitagefieber S. 169 ● Masern S. 171 ● Scharlach S. 175 ● Mumps S. 182 ● Keuchhusten S. 185 ● Windpocken S. 189 ● Röteln S. 192 ● Ringelröteln S. 194 ● Diphtherie S. 196 ● Kinderlähmung S. 197	
● <b>Sonstige Infektionskrankheiten</b> .....	198
● Pfeiffersches Drüsenfieber S. 199 ● Mundfäule S. 200 ● Hand-Fuß-Mundkrankheit S. 201 ● Hirnhaut- und Gehirnentzündung S. 202 ● Borreliose S. 205 ● FSME: Frühsommer-Meningoenzephalitis S. 209 ● Gelbsucht (Hepatitis) S. 210	
● <b>Erkrankungen der Haut</b> .....	214
● Windeldermatitis S. 219 ● Milchschorf und seborrhoischer Ekzem S. 221 ● Warzen S. 223 ● Grind S. 227 ● Abszess und Furunkel S. 228 ● <i>Info: Hautmale</i> S. 230 ● Faulecken S. 232 ● Herpesbläschen S. 233 ● Gürtelrose S. 235 ● Haut-, Fuß- und Nagelpilz S. 236 ● Akne (Säuglingsakne) S. 238 ● Schuppenflechte S. 241 ● Sonnenbrand S. 243 ● Insektenstiche S. 244 ● Kopfläuse S. 246 ● Flöhe S. 248 ● Krätzmilben S. 249	
● <b>Allergische Erkrankungen</b> .....	250
● Das Immunsystem S. 250 ● Von Allergien und Allergenen S. 253 ● <i>Info: Allergietests</i> S. 254 ● Möglichkeiten der Allergietherapie S. 256 ● Allergischer Schnupfen, Heuschnupfen S. 262 ● Allergisches Kontaktekzem S. 267 ● Neurodermitis S. 269	

●	<b>Erkrankungen des Kopfes</b> .....	278
	● Kopfschmerzen und Migräne S. 280 ● Bindehautentzündung S. 284	
	● Lidrandentzündung S. 288 ● Schielen S. 289 ● Mittelohrentzündung S. 292	
	● Gehörgangsentzündung S. 297 ● <i>Info: Hörstörungen: Ursachen und Vorsorge</i>	
	S. 298 ● Zahnungsschmerzen S. 299 ● <i>Info: Karies vorbeugen</i> S. 301	
●	<b>Innere Erkrankungen</b> .....	302
	● Herzfehler S. 305 ● Herzrhythmusstörungen S. 308 ● Blutarmut S. 310	
	● Hoher Blutdruck S. 313 ● Niedriger Blutdruck S. 315 ● Zuckerkrankheit	
	(Diabetes mellitus) S. 317 ● Schilddrüsenunterfunktion S. 321 ● Schilddrüsen-	
	überfunktion S. 324	
●	<b>Erkrankungen von Harnwegen, Nieren und Geschlecht</b> .....	326
	● Harnwegsinfekte S. 330 ● Nierenentzündung S. 333 ● Scheidenentzündung	
	S. 335 ● Erkrankungen der Hoden S. 337 ● Vorhauterkrankungen S. 340	
●	<b>Erkrankungen der Knochen, Muskeln und Gelenke</b> .....	342
	● Hüftreifestörung S. 346 ● Haltungsschäden S. 348 ● Bein- und Fußfehl-	
	stellungen S. 353 ● Knieschmerzen und »Wachstumsschmerzen« S. 355	
●	<b>Verhaltensauffälligkeiten und -störungen</b> .....	358
	● Schlafstörungen S. 359 ● Ess-Störungen S. 363 ● Einnässen S. 369	
	● ADS: Aufmerksamkeits-Defizit-Syndrom und ADHS: ADS mit Hyperaktivität S. 372	
<b>3</b>	<b>RICHTIG HANDELN IM NOTFALL</b> .....	380
	<b>Erste Hilfe bei Kindern</b> .....	382
	● Das Notfallschema (ABC-Regel) S. 382 ● Richtig handeln bei Bewusstlosigkeit	
	S. 383 ● Atemnot S. 387 ● Bewusstlosigkeit S. 389 ● Blutungen S. 390	
	● Ertrinken S. 392 ● Knochenbruch S. 393 ● Kopfverletzungen S. 394	
	● Schock S. 395 ● Stromschlag S. 396 ● Unterkühlung und Erfrierung S. 397	
	● Verbrühung und Verbrennung S. 398 ● Vergiftungen und Verätzungen S. 400	
	● Wundversorgung S. 401	
	<b>Anhang</b> .....	404
	Bücher und Adressen .....	404
	Die Autoren .....	407
	Register .....	408
	Impressum .....	416

# Ein Wort zuvor

Für Eltern wie für Ärzte ist es das oberste Ziel, dass Kinder rundum gesund sind, also in körperlicher, seelischer und geistiger Hinsicht. Dabei ist allen klar, dass es diese »Rundum-Gesundheit« nicht dauerhaft geben kann, weil Krankheiten, egal ob harmlose Infekte oder schwere Erkrankungen, zum Leben dazugehören, auch schon im Kindesalter. Entscheidend ist, *wie* wir als Eltern und Ärzte kranke Kinder begleiten und sie beim Gesundwerden unterstützen möchten.

Unser Bestreben ist es, Kinder, wann immer möglich und sinnvoll, darin zu unterstützen, aus eigener Kraft gesund zu werden. Damit dies gelingt, müssen wir dem Kind und seinen Selbstheilungskräften vertrauen und wir müssen das Einmalige und Besondere jedes Kindes sehen, anerkennen und berücksichtigen. Dabei brauchen wir Ärzte die Unterstützung von Ihnen, den Eltern, denn niemand kennt Ihr Kind so gut wie Sie. Deshalb haben wir diesen Elternratgeber geschrieben, der Sie unterstützen möchte, wenn

- Sie versuchen, selbst zu verstehen und zu entscheiden, was für Ihr Kind, ob gesund oder krank, gut ist.
- Sie wissen wollen, wie Ihr Kind nicht nur sanft und schnell, sondern vor allem nachhaltig gesund wird.
- Sie Ihr Kind aktiv beim Gesundwerden und -bleiben unterstützen möchten, zum Beispiel durch Wickel und andere äußere Anwendungen.
- Sie in der Informationsfülle von heute – die auch Ängste erzeugt – einen Weg suchen, auf dem Ihr Vertrauen und Selbstvertrauen, Ihr eigenes Wissen und Ihre eigene Kompetenz wachsen können.

Wir möchten Ihr Vertrauen in eine ganzheitliche Medizin stärken, die die Einheit von Körper, Geist und Seele anerkennt und die naturwissenschaftlich orientierte Medizin integriert. Wir möchten Ihre elterliche Kompetenz und Sicherheit im Umgang mit Ihrem kranken und gesunden Kind erweitern. Wir möchten Sie darin bestärken, den Zusammenhang von Heilen und Erziehen anzuerkennen. Denn Sie können mit Hilfe vieler einfacher erzieherischer Maßnahmen im Alltag die Gesundheit Ihres Kindes stärken, etwa durch altersgerechtes Spielen, durch eine vollwertige Ernährung, durch positive sinnliche Erlebnisse und Familienrituale.

Wir erheben in diesem Buch nicht den Anspruch auf Vollständigkeit. Selbst in einem so umfangreichen Ratgeber können nicht alle Krankheiten Platz finden, und auf einige Krankheitsbilder haben wir bewusst verzichtet: Krebserkrankungen, Rheuma und Epilepsie werden Sie in diesem Ratgeber nicht finden, da bei ihnen eine intensive, individuelle Therapie unabdingbar ist. Auch die aufgeführten anthroposophischen Medikamente stellen nur eine Auswahl an Möglichkeiten dar, wie die Anthroposophische Medizin Krankheiten behandeln kann. Doch wir hoffen, dass Sie bei Ihrer Suche nach einer ganzheitlichen Sicht und Therapiemöglichkeiten erfolgreich sein werden!



## IN RUHE ZU HAUSE GESUND WERDEN

### Liebevolle Pflege

In den meisten Fällen können kranke Kinder zu Hause von ihren Eltern gesund gepflegt werden. Um eine gesundheitsfördernde häusliche Umgebung zu schaffen, gilt es einige Regeln zu beachten.

- Kranke Kinder brauchen besonders viel Liebe und Zuwendung – und weder Fernsehen noch Computer.
- Verordnet der Arzt Bettruhe, versuchen Sie Ihrem Kind das Bett so gemütlich zu machen, dass es sich gerne darin aufhält, um zur Ruhe zu kommen. Wehrt sich das Kind gegen das Bett im »abgelegenen« Kinderzimmer, kann

es natürlich auch ein Krankenlager auf dem Sofa im Wohnzimmer sein; wichtig ist die körperliche Ruhe. Gerade bei ganzheitlichen Heilmethoden kann dies sehr wichtig sein.

- Möchte Ihr Kind nichts essen, muss es das auch nicht. Zum einen brauchen Kranke weniger Kalorien, weil sie sich kaum bewegen. Zum anderen reinigt sich ein Körper auch oft auf diese Weise von innen – und der Organismus hat mehr Kraft für die Auseinandersetzung mit der Krankheit, wenn er keine Verdauungsarbeit leisten muss.

Im Säuglingsalter ist es allerdings erforderlich, dass Ihr Kind täglich mit der Flüssigkeit auch ein Minimum an Energie zu sich nimmt, was natürlich am besten die Muttermilch gewährleistet. Sind bei einer Krankheit besondere Diäten erforderlich, wird der Arzt Ihnen dies sagen.

## ●● Fieber messen

Heute gibt es viele unterschiedliche Fieberthermometer auf dem Markt bis hin zu Ohr- und Stirnthermometer. Nach unserer Erfahrung funktioniert das Messen am genauesten mit einem Digitalthermometer im Po. Um es leichter einzuführen, geben Sie einen Tupfer Babycreme oder Vaseline auf die Spitze. Vor allem bei Kindern im Schulalter können auch ergänzend Ohrthermometer verwendet werden. Die Messung geht sehr viel schneller, ist aber leider etwas ungenauer.

- Achten Sie darauf, dass Ihr krankes Kind ausreichend trinkt, am besten ungesüßte Tees und Wasser. Gerade bei Durchfall oder Fieber verliert es viel Flüssigkeit, Mineralstoffe und Salze – auch über die Haut.

Zudem ist es für die häusliche Pflege wichtig zu wissen, wie Sie Ihr Kind mit äußeren Anwendungen unterstützen können und wie sie verordnete Arzneimittel verabreichen.

## Äußere Anwendungen

Äußere Anwendungen sind die Domäne der Eltern: Sie sind nicht nur medizinisch-therapeutisch sehr effektiv, sondern auch wichtig, weil der Kontakt zwischen Eltern und Kindern »spürbar« intensiviert wird. Mit einem angelegten Brustwickel auf dem Schoß der Mutter oder des Vaters zu sitzen und etwas vorgelesen zu bekommen, verstärkt ein wichtiges Gefühl für Kinder: »mal mit Wollust krank zu sein«.

Richtig durchgeführt, können äußere Anwendungen einen Krankheits- und Gesundungs-

prozess wesentlich unterstützen. Die Anthroposophische Medizin kennt für Bäder, Auflagen und Wickel spezielle Medikamente in Form von Salben, Öldispersionen, Körperölen, Harzen und Tinkturen. Bekannt sind zum Beispiel Malvenöl-Einreibungen zum Durchwärmen kleiner Kinder. Im Beschwerdeteil ab Seite 66 finden Sie Empfehlungen für entsprechende äußere Anwendungen und Zusätze. Wie Sie diese durchführen, erfahren Sie auf den folgenden Seiten.

## Einlauf

Der Einlauf ist für viele Eltern eine ungewohnte Maßnahme und kostet sie anfangs etwas Überwindung, weil sie Angst haben, ihrem Kind wehzutun. Sie müssen sich aber keine Sorgen machen. Gerade der Einlauf ist eines der wirkungsvollsten »Hausmittel« und einfach zu erlernen. In unserer Praxis ist er die am häufigsten verordnete äußere Anwendung! Bei Unsicherheit können Sie sich vorher mit Ihrem Arzt besprechen.

Einläufe wirken vielseitig:

- Der Einlauf führt Ihrem Kind Flüssigkeit zu – die im Dickdarm gut und rasch vom Körper aufgenommen wird.
- Dadurch wird unmittelbar der Kreislauf des Kindes unterstützt, sein Allgemeinzustand bessert sich oft rasch und deutlich.
- Der Einlauf verringert – ähnlich wie eine Infusion – das Gefühl von Übelkeit (zum Beispiel bei einem Brechdurchfall), auch Kopfschmerzen können zurückgehen, vor allem bei Kindern, die unter Verstopfung leiden.
- Der Einlauf führt zur Entleerung von Stuhl, wenn der Enddarm gefüllt ist, und entlastet so unmittelbar den Organismus.
- Bei sehr hohem Fieber kann er mit einer Temperatur von 30 °C das Kind von überschüssiger

A close-up photograph of a person's hand holding a child's hand. The person's hand is on the left, wearing a light-colored, ribbed sleeve. The child's hand is on the right, wearing a light blue sleeve. A large, semi-transparent purple circle is overlaid on the center of the image, containing white text. The background is a soft, out-of-focus greyish-brown.

Kinder  
ganzheitlich  
behandeln





## Die Heilkraft des Fiebers

Wärme ist eines der wichtigsten Elemente für uns Menschen, deshalb ist der richtige Umgang damit so wichtig – gerade bei Kindern. Je kleiner ein Kind ist, umso strenger achten wir auf Veränderungen der Temperatur. Wir sprechen von Fieber bei Temperaturen über 38,5 °C, bei Säuglingen bis sechs Monaten schon bei über 38,0 °C. Nicht immer sagt die Höhe des Fiebers etwas über die Schwere der Erkrankung aus. Daher sollten Sie nicht nur auf die Temperatur, sondern auch und vor allem auf die Art der Erkrankung und den allgemeinen Zustand Ihres Kindes achten. Im Zweifelsfall sollten Sie immer ärztlichen Rat einholen, wenn Sie unsicher sind oder Ihnen Ihr Kind »nicht richtig gefällt«. Dazu gehört zum Beispiel ein schlechterer Appetit, eine angestrenzte oder anhaltend schnelle Atmung (vor allem bei Säuglingen), eine blasse Gesichtsfarbe, ein müder Blick, Lethargie sowie Kreislaufprobleme. Zur Orientierung können folgende Grenzwerte hilfreich sein:

Gehen Sie zum Arzt, wenn

- das Fieber Ihres Säuglings (jünger als sechs Monate) über 38,0 °C erreicht,
- Ihr Baby (bis zwölf Monate) über 38,5 °C fiebert,
- die Temperatur Ihres Kleinkindes bis vier Jahre auf über 39 °C ansteigt.
- Ältere Kinder können höhere Temperaturen haben, ohne dabei schwer krank zu sein.

Gehen Sie immer zum Arzt, wenn Sie – unabhängig von der Temperatur – kein gutes Gefühl haben.

Meist ist das Kind zum Glück nur aufgrund leichter Infektionen fieberhaft erkrankt. Doch auch andere Ursachen muss man in Erwägung ziehen. So kann zu warme Kleidung zum Beispiel beim Säugling zu einem Hitzestau führen, der

sich in Fieber äußert. Zu wenig Flüssigkeit kann beim Baby Durstfieber verursachen. Aber auch ein Sonnenstich oder starke seelische Erregung können für den Temperaturanstieg verantwortlich sein. Außerdem unterliegt die normale Körpertemperatur im Laufe des Tages rhythmischen Schwankungen. So ist die Körperkerntemperatur abends bis zu 0,5 °C höher als morgens.

### ● ● *Der Allgemeinzustand zählt*

In seltenen Fällen kann sich hinter dem Fieber eine ernst zu nehmende Erkrankung verbergen wie eine Hirnhautentzündung, eine Gehirnentzündung, eine Lungenentzündung, eine Nierenbeckenentzündung, eine Knochenmarksentzündung, eine Herzmuskelentzündung, eine Kehledeckelentzündung oder auch eine Autoimmunerkrankung. Das Leitsymptom für all diese schweren Erkrankungen ist **nicht** die Höhe des Fiebers, sondern die Beeinträchtigung des Allgemeinzustands: Ihr Kind erscheint Ihnen – meistens plötzlich – schwer krank, vielleicht so krank, wie Sie es noch nie erlebt haben. Bei diesem Empfinden sollten Sie sofort den Arzt aufsuchen. Wenn Ihr Kind dagegen hoch fiebert, dabei aber gut bei Kräften und klar ansprechbar ist sowie etwas trinken kann, ohne sofort zu erbrechen, können Sie in Ruhe Rat einholen und gegebenenfalls einen Termin beim Arzt vereinbaren. Achten Sie also in erster Linie auf Ihr Kind, in zweiter Linie auf Ihr Fieberthermometer!

**Wichtig:** Fieber in den ersten drei Lebensmonaten muss immer unverzüglich ärztlich abgeklärt werden!

## ●● Fieberkrampf erkennen und behandeln

Vor allem beim ersten Fieberkrampf haben viele Eltern Angst um das Leben ihres Kindes und denken, dass es sterben wird. Die gute Nachricht ist, dass Fieberkrämpfe in der Tat dramatisch erscheinen, in der Regel aber keine akute Gefahr für das Kind darstellen und auch für sein weiteres Leben bis auf extrem wenige Ausnahmen folgenlos bleiben. 4 Prozent aller Kinder in Deutschland im Alter zwischen sechs Monaten und sechs Jahren bekommen Fieberkrämpfe. Typische Symptome sind wie bei einem epileptischen Anfall Muskelkrämpfe symmetrisch an beiden Armen und Beinen, steif werden, Bewusstseinsverlust, Verdrehen der Augen, Speichelfluss, zum Teil Einnässen, anschließend tiefer Schlaf. Im Hinblick auf die Ursachen scheint es eine genetische Veranlagung zu geben, zumindest hat jedes vierte Kind mit Fieberkrämpfen enge Familienangehörige, die auch Fieberkrämpfe in der Kindheit hatten. Wichtiger scheinen jedoch als Ursache Schwierigkeiten im Umgang mit Temperaturänderungen zu sein, denn vor allem beim schnellen Fieberanstieg treten die

Krämpfe auf. Bei jedem dritten Kind kommt es zu einer Wiederholung innerhalb eines Jahres. Die meisten Fieberkrämpfe sind unkompliziert, sie dauern im Schnitt ein bis zwei Minuten und nach einem Schlaf von 20 bis 30 Minuten sind die Kinder (bis auf das Fieber) wieder »ganz die alten«. Nur wenige Anfälle sind so genannte komplizierte Fieberkrämpfe, das heißt sie dauern über 15 Minuten, wiederholen sich innerhalb von 24 Stunden oder treten nicht symmetrisch, sondern nur an einem Körperteil auf.

Der gerufene (Not-)Arzt gibt Ihrem Kind ein Medikament, mit dem die Krampfbereitschaft reduziert werden kann (Diazepam) und senkt (nur) bei anhaltend hohem Fieber die Körpertemperatur mit Paracetamol oder Ibuprofen. Je nach Ausprägung und Alter können zur Abklärung extrem seltener anderer Ursachen in der Klinik Blut- und Urin, evtl. das Gehirnwasser untersucht oder eine Magnetresonanztomographie durchgeführt werden. Das EEG, das bei unkomplizierten Fieberkrämpfen ein bis zwei Wochen nach dem Anfall durchgeführt wird, ist nahezu immer unauffällig.

In den meisten Fällen entsteht Fieber durch Infektionskrankheiten. Dabei dringen Viren und Bakterien in das Kind ein, die sich bei Temperaturen um 33 bis 34 °C besonders gut vermehren können. So finden sie im Rahmen einer Erkältung, bei der der Körper etwas kühler ist, ein gutes Milieu vor, um sich auszubreiten. Die nun sinnvollerweise vom Kind selbst erzeugte Fieberwärme ermöglicht dem Organismus, das Fremde, das in ihn eingedrungen ist, zu überwinden. Bei höheren Temperaturen verschlech-

tern sich die Lebensbedingungen für viele Viren und Bakterien, außerdem werden dabei mehr Abwehrstoffe des Immunsystems gebildet.

Bei Versuchen mit wechselwarmen Tieren wie Echsen stellte man fest, dass sie im infizierten und kranken Zustand freiwillig sonnige Stellen aufsuchen, um mit Hilfe der Wärme die Erkrankung zu überwinden. Werden sie künstlich im Schatten belassen, kommt es zu deutlich schwereren Krankheitsverläufen. Der Mensch ist im Gegensatz zu den wechselwarmen Tieren in

## Durchfall

Symptome	Mögliche Ursachen	Mögliche zusätzliche Symptome
Durchfall wässrig, grün-gelblich	Magen-Darm-Infekt > Seite 128	Fieber, Erbrechen, Kolikartige Bauchschmerzen, Übelkeit, ausgetrocknete Haut
	Nahrungsmittelvergiftung	Übelkeit, Erbrechen, Bauchschmerzen, kalter Schweiß
Durchfall schleimig-blutig	Darminfektion mit Salmonellen oder anderen bakteriellen Erregern	Fieber, Erbrechen, Bauchschmerzen, Übelkeit, ausgetrocknete Haut
	Colitis ulcerosa > Seite 151	Blutig-schleimige Durchfälle (bis zu 30 am Tag), Blässe, Gewichtsabnahme
Große Mengen ungeformter Stühle	Zöliakie (Allergie gegen Getreideeiweiß) > Seite 159	Mangelndes Gedeihen, Misslaunigkeit, Appetitlosigkeit, aufgetriebener Bauch
Fettglänzende, faulig riechende, ungeformte Stühle	Mukoviszidose	Gedeihstörung, Atemnot, Verstopfungen

## Erbrechen

Symptome	Mögliche Ursachen	Mögliche zusätzliche Symptome
Erbrochenes schleimig-wässrig mit Nahrungsresten z. T. gelbe oder grüne Galle	Magen-Darm-Infekt > Seite 128	Fieber, Durchfall, Bauchschmerzen, Übelkeit, ausgetrocknete Haut
	Nahrungsmittelvergiftung	Übelkeit, Durchfall, Bauchschmerzen, kalter Schweiß
	Gehirnerschütterung	Erinnerungslücken, Kopfschmerzen, Beule
	Migräne > Seite 280	Sehstörungen, Lichtscheu, Erbrechen, Schwindel, einseitige Kopfschmerzen
	Blinddarmenzündung > Seite 143	Anhaltende Schmerzen im rechten Unterbauch, vor allem bei Erschütterung; Schonung beim Gehen, Bauch berührungsempfindlich. Evtl. Fieber, Verstopfung, Durchfall
	Darmverschluss	Plötzlich einsetzende Blässe, starke Bauchschmerzen, harte Bauchdecke, z. T. Erbrechen von Darminhalt
	Gehirnhautentzündung > Seite 202	Nackensteife, Lichtscheu, Bewusstseinsstörungen, hohes Fieber, schlechter Allgemeinzustand
	Bulimie > Seite 363	Selbst herbeigeführtes Erbrechen, öfter schadhafte Zähne, Heißhungerattacken
Blutig	Verschlucktes Blut	Nach Nasenbluten
	Fremdkörper > Seite 387	Plötzlich einsetzende Atemnot
Bei bestimmten Nahrungen	Nahrungsmittelallergie > Seite 136	Hautausschläge, Atemnot, Durchfall, Gewichtsverlust
Erbrechen jeden Morgen (nüchtern)	Hirntumor	Nachtschweiß, Gewichtsverlust, Sehstörungen

## Fieber

Symptome	Mögliche Ursachen	Mögliche zusätzliche Symptome
Fieber mit Kopfschmerzen	Nasennebenhöhlenentzündung › Seite 85	Schnupfen oder verstopfte Nase, Husten vor allem beim Hinlegen, Abgeschlagenheit, Schmerzen im Bereich von Kiefer- und Stirnhöhlen
	Grippe › Seite 95	Gliederschmerzen, Übelkeit, Erbrechen
	Hirnhautentzündung › Seite 202	Nackensteife, Lichtscheu, Bewusstseinsstörungen, Erbrechen, schlechter Allgemeinzustand!
Fieber mit Halsschmerzen	Mandelentzündung › Seite 90	Schluckbeschwerden, erschwerte Atmung, Mundgeruch
	Kehlkopfentzündung › Seite 92	Heiserkeit, Atemnot, bellender Husten
	Scharlach › Seite 175	Halsschmerzen, Mundgeruch, blasses Munddreieck, Hautausschlag
Fieber mit Ohrenschmerzen	Mittelohrentzündung › Seite 292	Schnupfen, evtl. Ausfluss aus dem Ohr
	Beginnende Masern › Seite 171	Weißer Flecken im Mund, »verrotzt, verheult, geschwollen« (im Gesicht), Husten, weinerliche Stimmung
Fieber mit Schnupfen	Erkältung › Seite 95	Ohren- und Halsschmerzen; bei deutlicher Abgeschlagenheit an Nasennebenhöhlenentzündung denken (siehe oben)
Fieber mit Husten	Bronchitis › Seite 99	Husten, evtl. schmerzhafter Husten, auch nachts
	Lungenentzündung › Seite 100	Angestrenzte Atmung, »stößt an beim Einatmen«, Husten, evtl. Bauchschmerzen, Abgeschlagenheit, Ängstlichkeit
Fieber mit Bauchschmerzen	Blinddarmentzündung › Seite 143	Anhaltende Schmerzen im rechten Unterbauch, vor allem bei Erschütterung; Schonung beim Gehen, Bauch berührungsempfindlich. Evtl. Erbrechen, Verstopfung, Durchfall
	Magen-Darm-Infekt › Seite 128	Erbrechen, Durchfall, kolikartige Schmerzen
	Lungenentzündung › Seite 100	Angestrenzte anstoßende Atmung, Husten
Fieber mit Erbrechen	Magen-Darm-Infekt › Seite 128	Durchfall, kolikartige Bauchschmerzen
	Blinddarmentzündung › Seite 143	Anhaltende Schmerzen im rechten Unterbauch, vor allem bei Erschütterung; Schonung beim Gehen, Bauch berührungsempfindlich. Evtl. Verstopfung, Durchfall
	Harnwegsentzündung › Seite 330	Rückenschmerzen, Schmerzen beim Wasserlassen (können auch ganz fehlen!), Bauchschmerzen
	Hirnhautentzündung › Seite 202	Nackensteife, stark beeinträchtigter Allgemeinzustand, Kopfschmerzen, Bewusstseinsstörungen
Fieber mit rotem Ausschlag	Scharlach › Seite 175	Halsschmerzen, Mundgeruch, geschwollene Lymphknoten unter dem Unterkiefer, blasses Munddreieck
	Röteln › Seite 192	Lymphknotenschwellungen im Nacken
	Masern › Seite 171	»verrotzt, verheult, geschwollen« (es Gesicht), Husten, weinerliche Stimmung
	Dreitagefieber › Seite 169	drei Tage hohes Fieber, rosaroter Ausschlag beginnend am Bauch bei Entfieberung am dritten bis vierten Tag

Fortsetzung ›

## Hals-/Mandelentzündung

*Angina, Tonsillitis*

### Typische Symptome

- Halsschmerzen
- Schluckbeschwerden
- Fieber
- vergrößerte Mandeln mit Belägen
- belegte Zunge
- manchmal sind Gaumen, Rachenraum und Zäpfchen gerötet
- manchmal Bauchweh

Eine **virusbedingte Mandelentzündung** ist die häufigste Ursache bei Halsschmerzen. Am Gaumenrand befinden sich dann glasig-rote Pünktchen und leicht bis stärker gerötete Mandeln. Die Zunge ist weißlich belegt, und häufig fiebert das Kind. Sind die Mandeln, das Zäpfchen und der Gaumen hochrot, manchmal noch mit weißen Pünktchen (»Eiterstippchen«) belegt, dann hat Ihr Kind vermutlich eine **eitrige Mandelentzündung (Angina)**, die meist von Streptokokken (Bakterien) ausgelöst wird. Starke Schluckbeschwerden und Fieber sind weitere Indizien. Manchmal können die Symptome auch auf Scharlach hinweisen (siehe Seite 175 – aber eine Streptokokkenangina ist nicht das gleiche wie Scharlach!). Bei dickeren Belägen auf den Mandeln und einer Lymphdrüsenanschwellung am Hals kann auch Pfeiffersches Drüsenfieber (siehe Seite 199) die Ursache sein.

### Aus ganzheitlicher Sicht

Eine Entzündung im Hals wirft die Frage auf, was ein Kind nicht schlucken, nicht bewältigen kann, und zwar sowohl körperlich wie seelisch. Auf physischer Ebene kommen zum Beispiel schlechtes Kauen, ein unregelmäßiger Rhythmus der Mahlzeiten, ein Übermaß an Zucker und Säf-

ten und zu wenig Obst und Gemüse in Betracht. Auf psychischer Ebene sind jetzt Ruhe, Entlastung – zum Beispiel im schulischen Bereich – und viel Geborgenheit wichtig: Erwartungsspannung vor Schulaufgaben oder Aufführungen und sozialer Druck in Schule oder Kindergarten begünstigen den Ausbruch der Erkrankung.

### Wann zum Arzt?

Bei einer eitrigen Angina sollten Sie den Arzt aufsuchen – auch um abzuklären, ob Streptokokken die Ursache sind und ob die Gabe eines Antibiotikums notwendig ist.

### Was macht der Arzt?

Der Arzt wird einen Halsabstrich machen, um möglicherweise Bakterien (meist Streptokokken) nachzuweisen und eine geeignete, womöglich antibiotische Therapie vorzuschlagen.

### ANTHROPOSOPHISCH-HOMÖOPATHISCHE THERAPIE

Generell bei Halsschmerzen helfen

- **Apis/Belladonna c. Mercurio Glob. WALA**  
anfangs 1- bis 2-stündl. 5–7 Globuli, dann 5-mal tägl.
- **Zinnober D6 Tabl. WELEDA**  
3- bis 5-mal tägl. 1/2–1 Tablette lutschen.

Bei plötzlichem Beginn mit hohem Fieber, hochroten Mandeln (meist ohne Beläge), sehr warmem Kopf, kühlen Armen und Beinen

- **Belladonna Rh D6 Dil. WELEDA**  
30–50 Tropfen auf 1/2 Glas Wasser, schluckweise in 12–24 Std. trinken

Bei dunkelrotem Rachen/Gaumensegel, in die Ohren ausstrahlenden Schmerzen, schmerzhafter Schwellung der Mandeln und Lymphknoten, eventuell Gliederschmerzen

● **Phytolacca D6 Glob./Dil.**

30–50 Tropfen auf  $\frac{1}{2}$  Glas Wasser, schluckweise in 12–24 Std. trinken oder 1- bis 2-stündl. 5 Globuli einnehmen.

Bei hellrotem, entzündetem Rachen, stark geschwellenem Gaumenzäpfchen

● **Apis mell. D6 Dil.**

Dosierung wie Belladonna, kann mit diesem in 3-stündl. Wechsel kombiniert werden.

Bei Mandelentzündung mit Belägen, schlechtem Mundgeruch, stark entzündeten Schleimhäuten, schmerzhafter Schwellung der Halslymphknoten, Wechsel von Frieren und Schwitzen sowie starker Unruhe

● **Mercurius solubilis D6–D12 Trit.**

**WELEDA**

anfangs 1- bis 2-stündl. 1 Msp.

Bei eitriger Angina mit sehr starken, stechenden Schmerzen, schlechtem Mundgeruch, Kälteempfindlichkeit

● **Hepar sulfuris D6 Trit. WELEDA**

anfangs alle 2 Std. 1 Msp.

Die tiefen Potenzen sprechen anfangs besonders zuverlässig an; im weiteren Verlauf und zur Stabilisierung der Therapie können dann höhere Potenzen notwendig werden.

Äußerlich helfen folgende Anwendungen, um die Halsschmerzen zu lindern

● **warmer Salbeitee mit Honig und Zitrone**

● **Bolus Eucalypti comp. Trit. WELEDA**

3- bis 5-mal 1 Msp. in einem Glas Wasser auflösen, damit gurgeln und ausspucken oder

● **Calendula Essenz WALA**

3-mal 10–20 Tropfen in Wasser auflösen, Mund ausspülen, gurgeln und ausspucken.

Bei einer Mandelentzündung mit hohem Fieber

● **kühle Halswickel mit Salz- oder Zitronenwasser** (siehe Seite 58)

Bei Halsentzündungen mit leichtem Fieber

● **warme bis heiße Halswickel mit Zitronenwasser** (siehe Seite 58)

Bei stark geschwellenen Lymphdrüsen am Hals

● **Halswickel mit Magerquark** (siehe Seite 58)

nach oder zwischen den Halswickeln Einreiben der Haut über den Lymphknoten des Kieferwinkels und der seitlichen Halsregion mit

● **Mercurialis Heilsalbe WALA** oder

● **Archangelica comp. Salbe WELEDA**

## Wie Sie als Eltern helfen können

Bei einer bakteriellen Mandelentzündung sollte Ihr Kind, nachdem das Fieber abgeklungen ist, ausreichend lange zu Hause, anfangs möglichst im Bett bleiben. Auch bei den anderen Mandelentzündungen ist Bettruhe wichtig. Erst wenn die Halsschmerzen verschwunden sind, der normale Appetit zurückgekehrt ist und auch die Blässe aus dem Gesicht schwindet, kann das Kind als gesund gelten.

Sportliche Belastungen sollten jedoch nach jeder Angina unbedingt drei Wochen lang unterbleiben!

Meiden Sie während der Krankheitsphase Zucker und Fruchtsäfte, weil diese zusätzlich den Darm belasten. Geben Sie Ihrem Kind viel zu trinken, am besten Wasser und Tee. Lassen Sie es Mundspülungen durchführen und mit Salbeitee oder Calendulaessenz gurgeln.

Legen Sie ihm Halswickel an (siehe oben) und halten Sie die Raumluft vor allem in seinem Schlafzimmer feucht und frei von Zigarettenrauch.



## DIE KLASSISCHEN KINDERKRANKHEITEN

### Unterschiede und Gemeinsamkeiten

**Typische Kinderkrankheiten** sind zum Beispiel Masern, Scharlach, Röteln, Windpocken, Mumps, Keuchhusten und Dreitagefieber. Sie können sehr unterschiedlich verlaufen, manchmal komplett unbemerkt, in vielen Fällen ohne Komplikationen und bisweilen kann es zu Nebenwirkungen kommen, die sehr schwer, in einzelnen Fällen sogar lebensbedrohlich sein können. Gegen die meisten Kinderkrankheiten gibt es Schutzimpfungen, die zu unterschiedlichen Zeitpunkten gegeben werden (siehe Seite 48).

Die klassischen Kinderkrankheiten weisen mehrere Gemeinsamkeiten auf:

- In der Regel handelt es sich um akute, entzündliche Erkrankungen, die oft mit Fieber einhergehen.
- Charakteristisch für Kinderkrankheiten sind entweder ein typischer Hautausschlag (bei Masern, Scharlach, Röteln, Dreitagefieber, Windpocken), Husten (bei Keuchhusten) oder Drüenschwellungen (bei Mumps), mit denen das Immunsystem des Kindes auf den auslösenden Erreger reagiert. Damit stellen die Symptome einen Teil der aktiven Gegenwehr des Kindes dar.
- Kinderkrankheiten sind Infektionskrankheiten, das heißt, sie werden durch Viren oder Bakterien ausgelöst und durch Ansteckung erworben. Sie heißen Kinderkrankheiten, weil sich vor dem Zeitalter der Impfungen und der



modernen Hygiene fast alle Kinder mit diesen Erregern ansteckten – auch wenn sie, wie bei der Kinderlähmung, nicht alle daran erkrankten. Die meisten Kinderkrankheiten führen zu einer Immunität des Organismus gegen den auslösenden Erreger.

Der Kinderarzt kann die Kinderkrankheiten meistens durch eine »Blickdiagnose« erkennen. Im Zweifelsfall lässt sich im Blut durch Bestimmung der Antikörper eine spezifische Antwort des Organismus auf die Erreger nachweisen. Durch Abstriche an den Mandeln bei Scharlach oder aus der Nase bei Keuchhusten können die Erreger direkt nachgewiesen werden. Besonders wichtig ist es, dass das Kind eine Kinderkrankheit gründlich ausheilen kann. Denn wird ihm keine ausreichende Rekonvaleszenzphase gewährt, können Kinderkrankheiten sein Immunsystem anhaltend schwächen.

### Das Thema Impfen

Heute treten in Ländern mit gutem medizinischen Standard, hohem sozialen Status und entsprechender Durchimpfungsrate die klassischen Kinderkrankheiten immer seltener auf. Wenn sie auftreten, dann am ehesten bei Säuglingen, Jugendlichen oder Erwachsenen. Mehrere Gründe können vorliegen, dass es bei Jugendlichen und Erwachsenen zum Ausbruch von Kinderkrankheiten kommt: Entweder sind die Jugendlichen und Erwachsenen nicht geimpft, oder sie sind geimpft worden und haben den Impfschutz nicht mehr aufgefrischt, oder sie sind geimpft worden und die Impfung hat von Anfang an nicht angeschlagen (so genannte Impfversager). Einigkeit besteht darüber, dass die Komplikationen deutlich ansteigen, wenn die klassischen Kinderkrankheiten bei Säuglingen, Jugendlichen oder Erwachsenen auftreten

und nicht im typischen Kindesalter. Bei einigen Kinderkrankheiten kann es in seltenen Fällen zu lebensbedrohlichen Komplikationen kommen, was der Grund für eine möglichst frühe Impfung sein kann.

Andererseits kann die Verdrängung durch die Frühimpfung bei bestimmten Krankheiten, zum Beispiel bei der Impfung gegen Windpocken, auf lange Sicht auch nachteilige Folgen im Erwachsenenalter haben, weil die Erkrankung dann statt im Kindesalter bei Erwachsenen auftritt. In den USA schätzt man, dass mehrere Millionen Erwachsene in den nächsten Jahrzehnten bereits mit unter 50 Jahren an Gürtelrose erkranken werden. Diese Erkrankung, die normalerweise nur ältere Menschen trifft, wird durch das Windpockenvirus ausgelöst und ist schmerzhaft und zum Teil sehr langwierig. Sie tritt dann auf, wenn die körpereigene Immunität gegen Windpockenviren nachlässt. Diese Immunität wird besonders dadurch aufrechterhalten, dass man immer wieder dem Virus begegnet und dadurch seine eigene »Erinnerung« an die als Kind durchgemachten Windpocken verstärkt. Kinderärzte, die dem Windpockenvirus oft begegnen, haben praktisch nie Gürtelrose. Als Ursache für die mangelhafte Immunität wird die Impfung gegen Windpocken angesehen, denn die Immunität ist weit größer, wenn die Krankheit durchlebt wurde.

In anderen Fällen ist es erfolgreich gelungen, die Erkrankung sowohl für das Kindes- als auch das Erwachsenenalter zu verdrängen. So war die Diphtherie vor rund 100 Jahren die häufigste infektiöse Todesursache im Kindesalter, und die Kinderlähmung hat noch vor 60 Jahren viele lebenslang anhaltende Lähmungen und auch Todesfälle hervorgerufen. Entsprechend glücklich

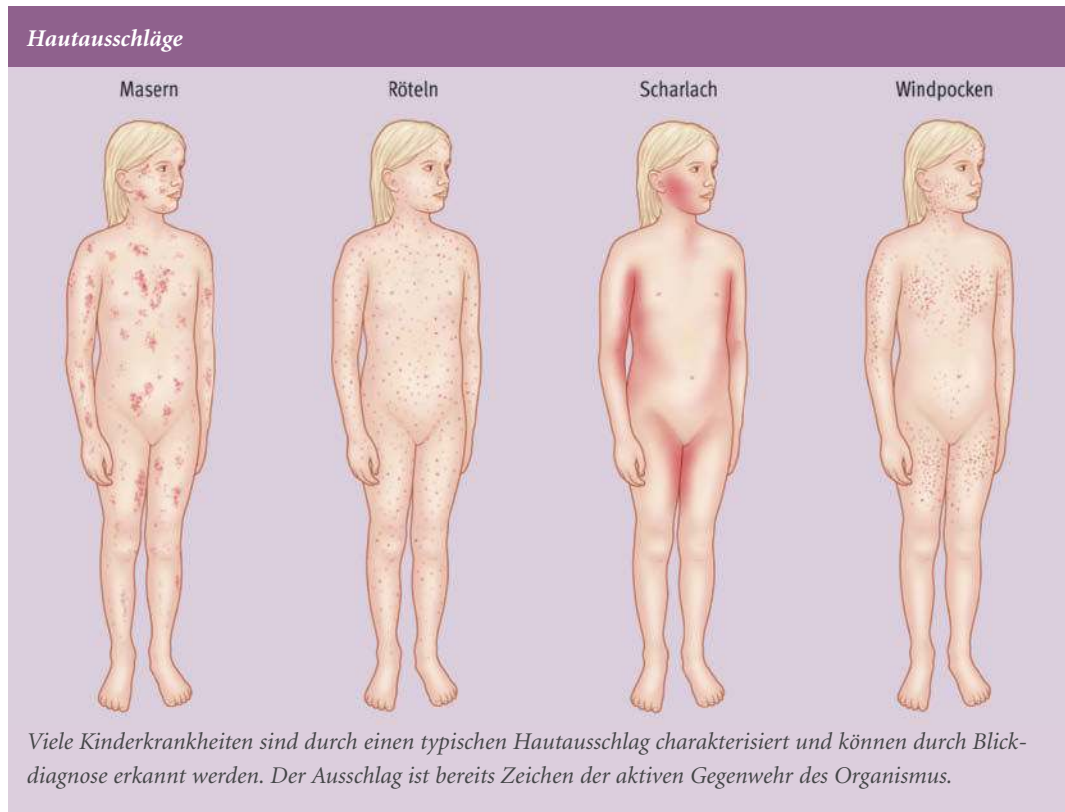
sind wir heute, dass diese beiden Erkrankungen aktuell in Mitteleuropa kaum mehr bei Kindern vorkommen.

## Ganzheitliche Gesichtspunkte

Der kindliche Organismus wehrt sich gegen die Erreger, indem er sie auszuschleiden versucht. In welcher Form und wann diese Ausscheidung erfolgt, ist bei jeder Kinderkrankheit anders: Zum Beispiel kommt es bei Masern, Röteln, Scharlach, Dreitagefieber und Windpocken zu Aus-

schlägen an der Haut, bei Scharlach und Windpocken zeigen sie sich auch an den Schleimhäuten, bei Mumps kommt es zu Schwellungen von Drüsen oder beim Keuchhusten zu typischen Hustenattacken.

Die Ausscheidungsmuster bei den Kinderkrankheiten sind also sehr verschieden. Alle Prozesse, bei denen der Körper etwas ausscheidet, etwa beim Schwitzen oder beim Wasser lassen, zeigen, dass die Seele in körperliche Prozesse eingreift: Jeder von uns kennt die Situation, in der sich seelische Regungen zum Beispiel an der Feuchtigkeit der Handinnenflächen ablesen lassen oder daran, dass wir dauernd auf die Toilette laufen müssen. Charakteristisch für die Verläufe



von Kinderkrankheiten ist, dass es in der Abwehr der auslösenden Erreger zu differenzierten und spezifischen Ausscheidungsvorgängen kommt. Das bedeutet: Kinderkrankheiten aktivieren die seelischen Kräfte des Kindes auf sehr unterschiedliche Art und Weise, so dass das Kind gefordert wird, seinen Körper umzugestalten, neu aufzubauen und Altes auszuscheiden.

Mit einem Beispiel aus dem Bereich der Pädagogik kann der Sinn dieser Aktivierung deutlich gemacht werden: Wenn ein Kind auf die Welt kommt, richten die Eltern ihm das Kinderzimmer so ein, wie sie es für angemessen und richtig halten. Je älter, aktiver und selbstständiger das Kind wird, desto mehr verändert es die ursprüngliche Einrichtung seines Kinderzimmers – es wird immer weiter umgestaltet und an seine individuellen Bedürfnisse von ihm selbst für sich selbst angepasst. Diese Umbaumaßnahmen halten die gesamte Kindheit und Jugendzeit an. Sie sind wichtig und sogar notwendig.

Auf körperlicher Ebene geschehen währenddessen ähnliche »Umbaumaßnahmen«: Jedes Kind möchte – natürlich unbewusst – den von den Eltern ererbten Körper (siehe Seite 70) im Laufe der weiteren Kindheit, Jugendzeit bis in die Adoleszenz hinein immer intensiver in Besitz nehmen, individualisieren und zu etwas Eigenem umgestalten. Kinderkrankheiten bieten eine von verschiedenen Möglichkeiten dazu, da es jeweils aufgrund des akuten, entzündlichen und vor allem fieberhaften Verlaufes zu Auflösungsvorgängen in der ererbten Körperstruktur kommt. Somit ergibt sich die Möglichkeit und Notwendigkeit, Altes auszuscheiden und den Körper »zum eigenen Zimmer« umzugestalten. Bekommt ein Kind, zum Beispiel weil sich die Eltern für eine Impfung ent-

schieden haben oder weil es sich mit dem Erreger nicht ansteckt, Kinderkrankheiten nicht, ist es umso wichtiger, diese Umbauprozesse in der Erziehung und Gestaltung des Alltags zu ermöglichen. Dabei spielen eine wichtige Rolle:

- ausreichend Bewegung
- eine vollwertige Ernährung
- ein zurückhaltender Medienkonsum
- die Möglichkeit zu kreativem Spiel und
- die Anregung innerer Bilder, bei kleinen Kindern zum Beispiel mit Märchen, später durch vermittelte und vorgelebte Ideale.

Durch alle aufgezählten Maßnahmen wird das Seelische des Kindes so angeregt, dass es den Körper aktiver ergreift, umgestaltet und immer mehr zu seinem individuellen »Instrument« machen kann.

### Komplikationen vermeiden

Jede Kinderkrankheit trägt durch ihren spezifischen Verlauf in unterschiedlicher Weise zur Individualisierung des Körpers bei. Das wird auf den folgenden Seiten bei der Darstellung der einzelnen Kinderkrankheiten ausführlicher beschrieben. Dabei sind in bestimmten Fällen Komplikationen möglich, die ganz schicksalhaft auftreten können, aber vor allem dann vorkommen, wenn die Kinder in dieser sensiblen Phase nicht aufmerksam und mit genügend Geduld im Heilungsprozess begleitet werden. Gefährlich wird es, wenn die Krankheitsprozesse auf Organe übergreifen, für die eine Absonderungs- oder Ausscheidungstätigkeit untypisch sind, zum Beispiel das zentrale Nervensystem. In einem solchen Zusammenhang kann es auch zu lebensbedrohlichen Komplikationen kommen. Diese treten vermehrt bei geschwächten Kindern, bei mangelnder Bettruhe, vor allem aber bei Unterdrückung des notwendigen Fiebers auf. Auch gibt es eher Komplikationen, wenn



## ERKRANKUNGEN DER HAUT

### Der Aufbau der Haut

Die **nackte Haut**, die nicht von Borsten, Fell, Federn oder Schuppen bedeckt ist, zeichnet nur uns Menschen aus. In ihrer samtartigen Oberfläche fasziniert sie ganz besonders beim Neugeborenen. Jeder, der sie berührt, empfindet unmittelbar, wie sensibel, verletzbar und schutzbedürftig das Baby ist, was sich in seiner Haut spiegelt. In diesem Buch ist oft von äußeren Anwendungen die Rede: Wer sein krankes Kind schon einmal über die Haut behandelt hat, kann bestätigen, wie unmittelbar diese Anwendungen auf das ganze Kind wirken: auf den Zustand seiner inneren Organe (beispielsweise

auf die Lunge bei einer Bronchitis), auf seinen Wärmehaushalt (zum Beispiel beim Fieber) und auf seine Empfindungen (zum Beispiel bei Schmerzen nach einer Verletzung). Das macht bereits deutlich, wie umfassend die Funktionen der menschlichen Haut sind.

Die Haut kann in drei Schichten unterteilt werden: Die Oberhaut (Epidermis) ist für die Bildung von Hornzellen zuständig. Die Unterhaut (Subcutis) enthält Fettzellen und Bindegewebe, die als Polsterung und Wärmeschutz für die inneren Organe dienen. Und die dazwischen liegende dehnbare Lederhaut (Corium) stützt die Oberhaut und versorgt sie mit Nährstoffen.

Unter der *Oberhaut*, genauer gesagt zwischen Ober- und Lederhaut, befindet sich eine feine Basalmembran. Auf dieser sitzen sehr vitale, sich ständig teilende »Mutterzellen«, aus denen die Hornzellen hervorgehen. Die Hornzellen

bilden sowohl Horn (ein bestimmtes Eiweiß) als auch Fette, die beide zusammen unsere Körperhaut nach außen hin schützen. Zusätzlich wird auch Harnstoff gebildet, der den Wasserhaushalt der Hornschicht reguliert. Zu wenig Harnstoff führt zum Austrocknen der Haut. In die Oberhaut eingewanderte Zellen, die ein dunkles Pigment bilden können (Melanozyten), schützen die Haut vor einer zu starken Sonneneinstrahlung – wenn sie genug Zeit haben, sich anzupassen, was am Wohnort meist der Fall ist. Auch Zellen des Immunsystems befinden sich in der Oberhaut, die als Abwehrzellen Eindringlinge melden. Viele, sehr feine Nervenenden dringen bis in die Mitte der Hornschicht vor. Nur wenige Bruchteile von Millimetern enden sie zum Teil frei unter der Oberfläche der Haut und ermöglichen damit sehr feine Sinneswahrnehmungen. Die auf der Basalmembran gebildeten Hornzellen werden von sich ständig neu bildenden Hornzellen nach außen zur Peripherie geschoben, sterben ab und bilden schließlich die Hornschicht, von der sich die nunmehr toten Zellen als Schuppen lösen.

In der *Lederhaut* verlaufen die zu- und abführenden Blutgefäße der Haut. Die obere Schicht der Lederhaut ist mit der Oberhaut durch Vorwölbungen (Papillen) verbunden. Dort sind verschiedene Sinneszellen konzentriert. Die Papillen enthalten außerdem viele Blutgefäße, die als Arterien vom Herz kommen und zunächst das Blut in die Spitze der Papillen führen, um es dann als Venen wieder zurück in das Körperinnere zum Herzen fließen zu lassen (siehe auch Innere Erkrankungen, Seite 303). In diesen Venen kann der Organismus das Blut stauen und unter der Hautoberfläche kühlen, wie er andererseits die arterielle Blutzufuhr in die Papillen drosseln und damit die Wärme des Blutes

im Inneren halten, also den Körper vor Auskühlung schützen kann. Das Rot der Blutgefäße leuchtet durch die Oberhaut hindurch. Zieht sich das Blut aus der Peripherie des Organismus zurück, erscheint die Haut blass.

Die Lederhaut besteht aus einem Geflecht von Fasern mit unterschiedlicher Dehnbarkeit und Festigkeit – daher ihr Name – sowie aus Bindegewebe, das ihr eine lebendige Spannung gibt. In der unteren Schicht der Lederhaut finden sich Haarzwiebeln, Talgdrüsen und Schweißdrüsen. Die verschiedenen Drüsen münden als Öffnungen an der Oberfläche und sind als Poren sichtbar. Durch diese Offenheit können bei äußeren Anwendungen Feuchtigkeit, Heiltinkturen und so fort über die Haut aufgenommen werden. Auch die Nägel wachsen wie die Haare aus der Lederhaut.

Die *Unterhaut* besteht in erster Linie aus Fettgewebe, man könnte auch sagen, Wärmegewebe: 98,5 Prozent der Wärmereserven eines gesunden Menschen werden in Form von Fett gespeichert. Die nackte Haut des Menschen ist überhaupt nur dadurch möglich, dass der Mensch einen Wärmeschutz »unter der Haut« trägt: Der Körper eines einjährigen Säuglings besteht zu rund einem Fünftel aus Fett. Die Fette der Unterhaut befinden sich in ständigem Umbau, der Stoffwechsel ist in dieser Hautschicht am intensivsten. Die Schönheit der menschlichen Körpergestalt, die Rundung der Wangen, auch der typisch weiblichen Körperformen, wird durch das Unterhautfettgewebe ermöglicht. So könnte man den menschlichen Körper als »Fettplastik« im ganz positiven Sinne bezeichnen! In einer Gesellschaft, in der Übergewicht und Mager sucht gleichermaßen zuzunehmen, geht der Sinn für die positive Bedeutung des Fettes im menschlichen Organismus leicht verloren.

**Die Mund-zu-Mund-Beatmung**

Bei leicht überstrecktem Kopf legen Sie Ihren Mund dicht schließend auf den Mund des Kindes, drücken die Nasenflügel zusammen und beginnen die Beatmung.

- Überprüfen Sie nach den ersten 5 Beatmungen, ob das Herz des Kindes schlägt, indem Sie seinen Puls tasten. Entweder an der Innenseite des Handgelenks oder an der Halsschlagader seitlich vom Kehlkopf. Beim Baby tasten Sie den Puls an der Schlagader des Oberarms. Können Sie den Puls fühlen und atmet das Kind, bringen Sie es in die stabile Seitenlage (siehe Seite 385). Wenn Sie allein sind, rufen Sie jetzt den Notarzt.
- Atmet es nicht, aber fühlen Sie einen Puls, geben Sie ihm 1 Minute lang eine erneute Atemspende mit mindestens 20 Beatmungen pro Minute (alle 3 Sekunden 1 Beatmung, beim Säugling alle 2 bis 3 Sekunden). Rufen Sie dann, wenn Sie allein sind, den Notarzt. Danach beatmen Sie weiter und kontrollieren Sie alle 4 bis 5 Minuten immer wieder Puls und Atmung. Beatmen Sie, bis das Kind alleine atmet oder der Notarzt eingetroffen ist.

**C Circulation überprüfen und Herzdruckmassage bei Herzstillstand**

Besteht Atemstillstand und können Sie nach 5 bis 10 Sekunden keinen Puls ertasten (bei Babys nur sehr schwach mit weniger als 60 Schlägen pro Minute), braucht das Kind zusätzlich zur Beatmung noch eine Herzdruckmassage.

**REANIMATION BEI BABYS**

- Zwei Fingerbreit unter einer gedachten Verbindungslinie zwischen den Brustwarzen befindet sich der Druckpunkt für die Herzmassage von Babys.
- Drücken Sie das Brustbein an diesem Punkt mit zwei Fingern etwa 2 bis 3 cm tief ein, etwa 100-mal pro Minute. Nach jedem Mal Drücken lassen Sie kurz locker, damit das Brustbein wieder seine normale Lage annimmt. Lassen Sie die Finger dabei aufliegen.
- Alternativ umfassen Sie den Brustkorb des Kindes mit beiden Händen, so dass mit beiden Daumen das Brustbein eingedrückt werden kann (siehe Abbildung unten).
- Sind Sie zu zweit, wechseln Sie Beatmung und Herzmassage beim Säugling in folgendem

**Die Herzmassage beim Baby**

Drücken Sie das Brustbein mit zwei Fingern oder Daumen etwa 2 bis 3 cm tief ein.

Rhythmus: Führen Sie 15 Herzmassagen durch und halten Sie dann kurz inne, während der Partner dem Kind 2 Atemstöße einbläst. Dann drücken Sie die nächsten 15 Male und er bläst wieder 2 Atemstöße ein. So fahren Sie fort bis der Notarzt eintrifft (= 15:2 bei der Zwei-Helfer-Methode).

- Sind Sie alleine, können auch 30 Herzmassagen mit 2 Beatmungen wechseln (30:2).

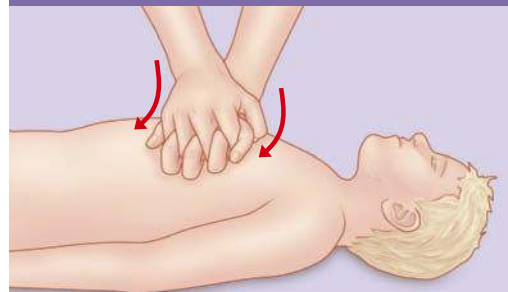
### REANIMATION BEI KINDERN

- Bei Kleinkindern befindet sich der Druckpunkt für die Herzmassage etwa drei Fingerbreit unter einer gedachten Verbindungslinie zwischen den Brustwarzen.
- Bei Schulkindern und Jugendlichen befindet sich der Druckpunkt für die Herzmassage etwa zwei Finger oberhalb des unteren Brustbeinrandes bzw. im Bereich des unteren Drittels des Brustbeins.
- Knien Sie sich seitlich neben das Kind und legen Sie den Handballen einer Hand auf den Druckpunkt. Drücken Sie den Brustkorb mit dem Handballen etwa 100-mal in der Minute 3 bis 4 cm tief gerade nach unten ein. Achtung: Nicht schräg drücken, da sonst Organe verletzt werden können.
- Nach jedem Drücken müssen Sie locker lassen, damit der Brustkorb wieder vollständig entlastet wird. Lassen Sie die Hand dabei leicht aufliegen.

Beatmung und Herzmassage wechseln bei Kindern und Säuglingen im folgenden Rhythmus:

- Sind Sie zu zweit, führen Sie 15 Herzmassagen durch und halten dann kurz inne, während Ihr Partner dem Kind 2 Atemstöße einbläst. Dann drücken Sie die nächsten 15 Male und er bläst wieder 2 Atemstöße ein. So fahren Sie fort, bis der Notarzt eintrifft (= 15:2 bei der Zwei-Helfer-Methode).

#### Die Herzmassage beim Kind



Drücken Sie mit den Handballen das untere Drittel des Brustbeins 3 bis 4 cm tief ein, jeweils 15-mal hintereinander.

- Sind Sie alleine, können auch 30 Herzmassagen mit 2 Beatmungen wechseln (30:2).
- Kontrollieren Sie etwa alle 5 Minuten, ob Herzschlag und Atmung wieder funktionieren. Führen Sie die Wiederbelebensmaßnahmen durch, bis Kreislauf und Atmung wieder eingesetzt haben oder bis der Notarzt da ist.

### Stabile Seitenlage

- Atmet das Kind, bringen Sie es in die stabile Seitenlage und überprüfen Sie ständig seine Atmung.
- Um das Kind in die stabile Seitenlage zu bringen, knien Sie sich neben das Kind, das auf dem Rücken liegt.
- Strecken Sie den Arm, der Ihnen zugewandt ist, und schieben Sie ihn unter den Körper des Kindes, indem Sie seine Hüfte leicht anheben.
- Winkeln Sie das Bein an, das Ihnen zugewandt ist, und stellen Sie seinen Fuß an das Gesäß.
- Fassen Sie das Kind vorsichtig an der gegenüberliegenden Schulter und Hüfte und ziehen Sie es zu sich in die Seitenlage.

# GANZHEITLICH HEILEN mit **anthroposophisch** erweiterter Medizin

Dieses Standardwerk der Kinderheilkunde vereint auf einzigartige Weise modernes schulmedizinisches Wissen und ganzheitliche Therapieverfahren. Zwei renommierte Kinderärzte mit anthroposophischem Ansatz schildern ihre Sicht der Krankheitsursachen und erklären, wie Eltern Krankheiten vorbeugen können. Ihre langjährige Erfahrung in der Diagnostik und bei der Behandlung von Säuglingen und Kindern haben sie in diesem umfassenden Handbuch zusammengefasst.

- Alle wichtigen Krankheiten im Kindesalter aus ganzheitlicher Perspektive, sowie die typischen Symptome, der Krankheitsverlauf und wirkungsvolle Behandlungsmöglichkeiten.
- Eine umfassende Tabelle mit den wichtigsten Leitsymptomen für eine rasche Krankheitsdiagnose und den Weg zur richtigen Therapie.
- Alles Wissenswerte zum anthroposophischen Menschenbild, Krankheitsverständnis und zur Anregung der kindlichen Selbstheilungskräfte.
- **Außerdem:** Erste-Hilfe-Maßnahmen bei Notfällen und Empfehlungen für eine Hausapotheke zur anthroposophisch-homöopathischen Selbstbehandlung.

Aktualisierte Neuauflage

WG 465 Erkrankungen  
ISBN 978-3-8338-3619-0



9 783833 836190



PEFC  
PEFC/04-32-0928

€ 29,99 [D]  
€ 30,90 [A]

[www.gu.de](http://www.gu.de)

