

Zum Schnuller

von Dr. Gudrun von der Ohe (Ärztin und Stillgruppenleiterin)

Wussten Sie, dass

- die negativen Auswirkungen des Schnullers nicht unbedingt in den ersten vier Wochen auftreten?
- bei Still Schwierigkeiten diese durch den Schnuller noch verstärkt werden können?
- die Stilldauer - empfohlen wird auch in Deutschland mittlerweile sechs Monate voll stillen - verkürzt wird?
- .die Kinder ohne Schnuller weniger an Mittelohrentzündungen erkranken?
- es mit Schnuller häufiger zu Kieferfehlstellungen kommt?
- es durch den Schnuller zu einer ungünstigen Mundatmung kommen kann?
- die offene Mundatmung wiederum zu mehr Infekten führt?
- die offene Mundhaltung eine schlechte Körperhaltung und somit Rückenprobleme begünstigt?
- die Kinder deshalb häufiger an Polypen (vergrößerten Rachenmandeln) operiert werden müssen?
- logopädische Behandlungen (Sprachheilbehandlungen) bei Kindern mit Schnuller häufiger nötig sind?
- der Einsatz eines Schnullers über das erste Lebensjahr hinaus die Gefahr einer späteren Sucht erhöht
- Kinder ohne Schnuller intelligenter werden?
- Kinder, die keinen Schnuller hatten, später besser küssen können?

Vielleicht möchten Sie nun doch in den ersten 4-6 Lebenswochen ihres Kindes auf einen Schnuller verzichten!?

Ein Weg, mit dem Schnuller umzugehen

Jedes Baby möchte gerne saugen, die einen mehr, die anderen weniger. Egal für welchen Weg des Beruhigungssaugens man sich entscheidet, *ein gezieltes bewusstes Einsetzen ist das Ausschlaggebende - gezielt eingesetzt wie ein Medikament*. Ein Kind sollte nie gegen seinen Willen zum Saugen überredet ("zugestöpselt") werden. Manchmal wollen Kinder auch nur gehalten und getragen werden. Anderen Kindern ist einfach nur langweilig und sie brauchen Hilfe, in ein Spiel zu finden.

Wenn ein Kind saugen möchte, ist die *Empfehlung der ersten Wahl*, es zu stillen, bis es die Brust von selbst loslässt. Beim Stillen braucht man sich keine Gedanken zu machen, wo jetzt wieder der Schnuller ist, ob er auch sauber ist, ob es vielleicht dem Kiefer schadet oder das Baby doch

Hunger hat. An anderen Beruhigungssaugern (Finger der Eltern, Schnuller o. a.) sollte man das Baby solange saugen lassen, wie es dies wirklich braucht. Dabei aber sollte man das Kind nicht sich selbst überlassen, sondern begleiten, ihm *Nähe* geben (ein Kind, das Saugen will, kann seinen Kummer noch nicht selbst austragen). Anschließend sollte der Beruhigungssauger wieder bewusst weggeräumt werden. Das Kind braucht dann vielleicht noch etwas Nähe oder Begleitung, um wieder in ein freies Spiel zu finden.

Kinder, die als Baby ihr Saugbedürfnis stillen konnten, zeigen später weniger *sekundäre Habits* (Nägelbeißen, Stifte kauen, Lippen saugen, ...)

Wenn Kinder Tag ein Tag aus gar nicht mit dem Saugen aufhören wollen - sowohl an der Brust wie an anderen Beruhigungssaugern -, sollte das als *emotionaler Hilfeschrei* des Kindes wahrgenommen und dem nachgegangen werden. Was kann dahinter stecken, dass mein Kind so an mir oder seinem Schnuller, Daumen etc. hängt? Was braucht es eigentlich? Anfangs kann ein Baby ein Problem oder Unbehagen nur durch Schreien äußern. Auf einer späteren Entwicklungsstufe lernt es seine *Probleme auszudrücken und zu verändern bzw. zu akzeptieren*. Bei dieser Entwicklung können Sie dem Kind helfen, indem sie sich seiner annehmen, es trösten und sein Problem auch sprachlich ausdrücken bzw. wenn es sich beruhigt hat, Lösungen gemeinsam suchen.

Sich mit einem lachenden Baby zu freuen und sich einem weinendem Baby anzunehmen - das ist der *Grundstein für eine Entwicklung zu einem selbständigen, zufriedenen Menschen*.

Wenn Sie sich für den Gebrauch eines Schnullers entscheiden,

- ist es günstig, auf den Schnuller in den ersten vier bis sechs Lebenswochen zu verzichten, bis das Stillen sich gut etabliert hat.
- ist es besser, einen Sauger zu verwenden, der möglichst weich und anpassungsfähig ist und im Zahn- und Lippenbereich einen möglichst kleinen Durchmesser hat, um den Mundschluss und die Zahnentwicklung möglichst wenig zu behindern.
- ist eine flache symmetrische Form zu bevorzugen, nicht die abgeschrägte Form (wie z. B. NUK).
- sollte das Lippenschild nicht gebogen den Lippen anliegen, sondern eher gerade sein.
- empfehle ich, den Schnuller bewusst einzusetzen und ihn bewusst wieder wegzunehmen, wenn das Kind ihn nicht mehr braucht. Lassen Sie den Schnuller nicht herumliegen oder an der Schnullerkette sichtbar herumbaumeln.
- stöpseln Sie Ihr Kind nicht mit dem Schnuller zu, sondern versuchen Sie, den Ursachen der Unruhe auf den Grund zu gehen und es durch Zuwendung zu trösten.
- verwenden Sie den Schnuller möglichst wenig und gewöhnen Sie ihn möglichst früh ab.

Ihre Investition jetzt ist die Investition in eine gute Zukunft für Sie und Ihr Kind!