



Pflege des Säuglings und Kleinkindes bei Erkältungskrankheit

Wann zum Arzt?

- Bei deutlich reduziertem Allgemeinzustand (Kind schläft fast nur noch/ schreit nur noch, spielt nicht mehr, ist teilnahmslos...)
- Bei hohem Fieber während mehreren Tagen.
- Wenn das Kind (fast) nichts mehr trinkt und weniger ausscheidet.
- Bei Atemgeräusch beim Ein- oder Ausatmen oder erschwelter Atmung.
- Bei starkem Husten.
- Bei ungutem Gefühl der Eltern
- Je jünger das Kind, desto früher zum Arzt

Was	Wie	Dosierung
Ruhe und Erholung	Das Kind braucht Zeit und Ruhe! Bitte reduzieren Sie Ihr Programm auf das Notwendigste.	Reichlich! Erkältungskrankheiten dauern mehrere Tage, ev. Wochen.
Nasentropfen NaCl 0,9% (Kochsalzlösung)	Aus Ampulle direkt in die Nase tröpfeln, Nase gut spülen damit.	Ab Geburt Anwendung ohne Einschränkung, soviel wie nötig, z. B. vor dem Trinken, Schlafen...
Kopfteil hochlagern	Oberkörper des Kindes leicht hochlagern, z.B. Ordner unter die Matratze vom Kind legen.	
Zwiebel aufstellen	Zwiebel schneiden und aufstellen (nicht unmittelbar neben dem Kind).	
Flüssigkeit/ Essen	Auf genügend Flüssigkeitszufuhr achten, Tee süssen als Ausnahme erlaubt. Essen geben was das Kind mag (Süßes bevorzugt wegen belegter Zunge).	
Raum lüften/ Luft ev. Befeuchten	2x /Tag gut lüften. Nasser Lappen auf die Heizung legen.	
Thymiantee oder Lavendeltee aufstellen	Eine grosse Tasse dampfenden Tee im Zimmer aufstellen lindert Husten.	1-3x / Tag
Zwiebelsöckli	Gehackte Zwiebel in Nastuch erwärmen und auf die Fusssohlen legen, Socken darüber anziehen.	1-2x /Tag nach 6 Monaten
„Schwimmhäute“ massieren	Haut zwischen den Fingern und Zehen sehr sanft massieren (Reflexzonen).	2x /Tag
Essigsöckli	Um die warmen ! Unterschenkel kühle nasse Umschläge machen, mit oder ohne Essig.	Bei Fieber nach Bedarf
Fieberzäpfli		Nach Verordnung des Arztes
Homöopathie, Alternativmedizin	Beratung im Fachhandel oder bei Fachpersonen	

Wettingen, Mai 2016