



© goodmoments/Adobe Stock



Wenn Kinder krank werden, erleben wir das als bedrohlich. Uns Eltern fällt es schwer zuzusehen, wie sich die Kinder quälen und regelrecht durchkämpfen müssen. Zudem ist offensichtlich, dass Kindern im Umgang mit – für uns selbstverständlichen – Symptomen wie Husten und Schnupfen die Routine fehlt. Hinzu kommt die Sorge, im Vorfeld vielleicht einen Fehler gemacht zu haben, schließlich muss es ja einen Grund geben, warum das Kind krank geworden ist, oder bei der nachfolgenden Behandlung Fehler zu machen. Steckt etwas

Ernstes dahinter? Wird mein Kind wieder gesund? Reichen natürliche Mittel aus oder benötigt es doch die Hilfe der modernen Medizin?

Allem voran sei gesagt: Als Kinderärztin bin ich immer froh, wenn ein Kind seinen ersten Infekt bekommt. Dabei tritt das noch ungeübte Immunsystem des Kindes zum ersten Mal sichtlich in Aktion. Erleichtert bin ich, wenn dann die bekannten Symptome wie

„Zu einer gesunden Entwicklung gehören im Durchschnitt 13 Infekte bis zum zweiten Lebensjahr, ab dem ersten Geburtstag.“

Husten, Schnupfen, Fieber oder Erbrechen auftreten. Das sind die Symptome, die im Lehrbuch stehen. Gott sei Dank ist dieses kleine Wesen in der Lage, sie zu produzieren, denn



Kinderkrankheiten natürlich behandeln

Kinderkrankheiten natürlich zu behandeln, lässt einen an Tees, Wickel, Salben, Kügelchen, Kräuterkompressen & Co. denken. Doch da gibt es noch viel mehr. Lassen Sie uns einen Blick auf die Gesamtzusammenhänge werfen.

Von Dr. med- Annette Eiden, Fachärztin für Kinder- und Jugendmedizin, Gauting

mit dieser Fähigkeit kann es – salopp gesagt – uralt werden. Die Symptome zeigen an, dass sich der Körper des Kindes sinnvoll gegen Erreger und andere ungünstige Faktoren zur Wehr setzen kann. Somit dürfen wir als Eltern ruhig etwas gelassener bleiben, wenn das Kind einmal krank wird.

Entwicklungssachse – Immunkompetenz

Beim Heranwachsen unserer Kinder betrachten wir gerne folgende Entwicklungsachsen: motorische Entwicklung, sprachliche Entwicklung und Sauberkeitserzie-

hung. Die Freude ist groß, wenn das Kind die ersten Schritte allein läuft. Im Gegensatz dazu wird die Entwicklung der Immunkompetenz beziehungsweise das Ausbilden des Immunsystems weniger erfreut begleitet. Noch nie kam eine Mutter zu mir in die Praxis und hat gesagt: Ich bin so froh, dass mein Kind jetzt zum ersten Mal krank geworden ist und sogar in der Lage war, hohes Fieber zu produzieren. Dabei wäre das eigentlich ein Grund zur Freude. Erst ein einziges Mal äußerte die Mutter einer Vierjährigen ihre Sorge, dass ihre Tochter so selten krank sei. Und da hat sie Recht,

denn zu einer gesunden Entwicklung gehören im Durchschnitt 13 Infekte bis zum zweiten Lebensjahr, ab dem ersten Geburtstag. Tatsächlich wissen wir, dass Kinder, die im Kleinkindalter viel krank waren, später die gesünderen Erwachsenen sind.

In den ersten Lebenswochen erhalten unsere Kinder über die Nabelschnur, direkt von der Mutter, Antikörper und andere Stoffe, die sie vor möglichen Infekten schützen. Gegen Ende des ersten Lebensjahres verlässt der Nestschutz unsere Kinder. Die immunkompetenten Stoffe sind verbraucht und werden von





selbst nicht nachproduziert. Deshalb ist es an der Zeit den eigenen Antikörperkatalog anzulegen. Die Lebensaufgabe, sich sinnvoll und langfristig vor Infekten zu schüt-

zen, muss angenommen werden und starten. Das geschieht oft zu einem Zeitpunkt x, der bei jedem Kind anders und nicht vorhersehbar ist. Es ist Zufall, mit welchem Erreger das Kind zuallererst in Kontakt kommt. Geht gerade eine Magen-Darm-Erkrankung herum, kann das der erste Infekt sein. Kursiert in der Familie ein Schnupfen, wird sich das Kind auch damit anstecken. Selbst noch so gut gemeinte Hygiene wird dem Kind die Auseinandersetzung mit Bakterien und Viren nicht ersparen

und das ist gut so, damit sich die Immunkompetenz entwickeln kann.

Immunität durch Kinderkrankheiten

Häufig erkranken Kinder zuallererst an sogenannten Kinderkrankheiten. Darunter versteht man Infekte, die wir Erwachsene in der Regel nicht mehr bekommen und nur in der Kindheit auftreten. Wie kann man das erklären? Ganz einfach: Jeder Infekt hinterlässt eine andauernde Immunität. Beim Durchlaufen des Infektes erwerben wir die Kompetenz, Antikörper gegen diesen speziellen Erreger zu bilden. Bei erneutem Kontakt wehren diese



So verläuft normales Fieber

Wenn der Körper erkennt, dass er sich gegen krank machende Keime zur Wehr setzen muss, bildet er Fieber. Dabei werden drei Stadien unterschieden:

1. Fieberanstieg:

Beim Fieberanstieg wird der Körper angeregt, die normale Körpertemperatur um zwei bis drei Grad Celsius zu erhöhen. Dafür holt er sich Wärme aus der Umgebung, also zum Beispiel aus den Extremitäten. In der Folge fühlen sich Hände, Füße und die gesamte Haut kalt an. Sogar durch Muskelzittern entsteht zusätzliche Wärme, was sich als Schüttelfrost zeigt. Das Kind friert. Ab 38,5 Grad Celsius spricht man bei Kindern von Fieber.

2. Hohes Fieber:

Während des Fiebers läuft der Stoffwechsel auf Hochtouren. Herzfrequenz und Atmung sind beschleunigt, obwohl der Betroffene still daliegt.

3. Fieberabfall:

Wenn der Körper beschließt zu entfiebern, gibt er die Wärme nach außen ab. Wir spüren dann heiße, hitzige, auch schwitzige Haut, warme Füße und Hände. Das Kind schwitzt und strampelt meist die Decke weg.





bereich. Tritt bei Erwachsenen hohes Fieber auf, ist das in der Regel ein ernst zu nehmendes Alarmsignal.

Fieber verläuft in bestimmten Stadien (siehe Extrakasten). Anhand dessen kann man herleiten, wie eine natürliche Behandlung von Fieber aussehen muss: Im Fieberanstieg Wärme anbieten, zum Beispiel durch eine Wärmflasche, warme Getränke, eine Extradecke und Kuscheln, um eigene Körperwärme abzugeben. Erst wenn sich der Betroffene warm anfühlt, also in die dritte Phase des Entfiebers eintritt, ist der richtige Zeitpunkt für Wadenwickel, allerdings nur ein Grad Celsius unter der gemessenen Körpertemperatur.

Durchfall und Erbrechen

Die Symptome Erbrechen und Durchfall sind ebenfalls kluge Werkzeuge des Körpers. Registriert der Körper eine hohe

Antikörper den Erreger gezielt ab. Man spricht deshalb auch vom immunologischen Gedächtnis, das heißt der Körper erinnert sich an „seine Feinde“. Je älter also ein Kind wird und je mehr Virenkontakte abgearbeitet wurden, desto mehr Antikörper schlummern in den Gedächtniszellen. Dadurch ist das Kind abwehrstärker. Vor diesem Hintergrund werden Kinderkrankheiten als Krankheiten angesehen, die jedes Kind einmal durchmachen muss, um einen gewissen Krankheitschutz zu entwickeln.

Fieber richtig betrachtet

Betrachtet man den Verlauf einer Erkrankung bei einem Kleinkind, fällt sofort auf, dass Kinder im Gegensatz zu Erwachsenen oft hohes Fieber

entwickeln. Damit steht ihnen ein potentes Werkzeug zur Verfügung, um mit Viren und anderen Erregern fertig zu werden. Hohe Temperaturen schaden den Krankheitserregern, wodurch sich Krankheitsdauer und -verlauf verringern. Gleichzeitig werden die inneren Organe geschützt und die Durchblutung angeregt. Meist verliert sich jedoch im Schulkindalter die Fähigkeit hoch zu fiebern, vermutlich, weil durch die Antikörperbildung ein weiterer Schutzmechanismus geschaffen wurde. Denke ich an mich selbst, kann ich mich nicht erinnern, wann ich zuletzt Fieber hatte. Als Kinderärztin stecke ich mich gelegentlich mit Infekten bei hochfiebernden Kindern an. Dennoch bleibt die Temperatur bei mir im Normal-

Buchtipps



Dr. Anette Eiden „Der Darm wächst mit – Was Eltern über kindliche Verdauung, Immunsystem und Ernährung wissen müssen“, Südwest Verlag, 14,50 €

Thymianbalsam selbst herstellen

Zutaten:

50 ml Calendulaöl
50 ml Baumwollsaamenöl
10 g Bio-Bienenwachs
10 g Kakaobutter
20 g frische Thymianzweige

Zubereitung:

Den Herd auf 60 bis 70 °C hochheizen. Thymian feinhacken und in ein ausreichend großes Weckglas geben. Dann die Öle darüber gießen und mit einem Deckel verschließen. Nun das Gemisch für zwei Stunden im Ofen ziehen lassen. Danach Abseihen, damit ein reines Öl entsteht. Anschließend das Bienenwachs und die Kakaobutter einrühren bis alles verflüssigt und homogen ist. Zum Schluss in einen dunklen Cremetiegel füllen und abkühlen lassen.



© p-photography/Adobe Stock

Keimlast im Inneren des Magens oder Darms, entleert er sich, um die Erreger loszuwerden.

Er katapultiert sie mit dem gesamten Magen- oder Darminhalt förmlich hinaus.

Dabei ist auch nicht relevant, was gerade gegessen oder

getrunken wurde, vielmehr ist die momentane Vitalität des Kindes, die Anzahl und die Art der Keime entscheidend. Jedenfalls sollten diese Prozesse nicht durch Antibrech- und Antidurchfallmittel unterdrückt werden, weil sonst die Erreger länger im Körper bleiben und sich weiter vermehren. Zu bedenken sind allerdings die hohen Flüssigkeitsverluste bei anhaltendem Durchfall und Erbrechen. Daher besteht die natürliche Behandlung vor allem in der Sicherstellung der Flüssigkeitszufuhr. Obwohl während der Beschwerden meist kein Appetit vorhanden ist und manchmal selbst Flüssigkeit wieder erbrochen wird, sind die Schleimhäute des Magen-Darm-Trakts in der Lage, geringe Flüssigkeitsmengen zu resorbieren. Deshalb ist es wichtig, immer wieder in kleinen Schlucken

zu trinken. In der Akutphase entlastet das Weglassen fester Nahrung die gereizten Verdauungsorgane. Fenchel-, Kamillen- und Melissentee lindern Krämpfe und beruhigen. Zum Ausgleich von Elektrolytverlusten können pro Tasse eine Prise Salz und ein Teelöffel Trauben-

zucker zugesetzt werden. Auch eine leichte Gemüsebrühe liefert Elektrolyte. Kommt der Appetit langsam zurück, können geriebener Apfel, Bananenmus, Zwieback, Haferschleim, Karotten- und Kartoffelbrei und Nudelsuppen gereicht werden. Wenn die Beschwerden abgeklungen sind, kann zum Beispiel mit Bio-Joghurt wieder ein gesundes Milieu aufgebaut werden.

Husten und Schnupfen

Unser gesamter Atemtrakt ist mit einer Schleimhaut ausgekleidet. Sie verhindert das Eindringen von schädlichen Erregern und mit Hilfe des Schleimes können diese durch Husten, Niesen und Schniefen nach draußen befördert werden. Auch wenn Erkältungssymptome lästig sind, haben sie doch ihren Sinn. Das Kind muss lediglich lernen, damit zurechtzukommen und zum Beispiel nicht bis zum Erbrechen zu husten. Ein normaler Husten dauert im Schnitt 19 Tage. Hält er länger an, ist unbedingt ein Arzt aufzusuchen. Zur Symptomlinderung können zum Beispiel Brustbalsame aufgetragen werden. Das Einreiben ist nicht nur eine liebevolle Zuwendung, sondern durch die Körperwärme steigen auch ätherische Dämpfe auf, die über Mund und Nase eingeatmet werden. Da heiße Dampfbäder auf Grund der Verbrennungsgefahr für kleine Kinder eher ungeeignet sind, bietet sich die Anschaffung eines Inhalationsgeräts an. Durch die Inhalation von Salzwasser werden die

© Svetlana Kuznetsova/Adobe Stock





nen hervorbringen. Starke Schmerzen, Fieber, das nicht sinkt, langandauernder Husten, kräftezehrendes Erbrechen, das nicht aufhört, Atemnot und so weiter sind alarmierende Symptome. Bitte stellen Sie Ihr Kind in solchen Fällen immer dem Arzt vor.

Schleimhäute befeuchtet und der Schleim verflüssigt, sodass er sich besser löst.

Wann zum Arzt?

Auch nach jahrelanger Erfahrung in meiner Kinderarztpraxis ist es für mich immer noch eine große Herausforderung, richtig zu differenzieren, denn der Grat zwischen harmloser Erkrankung und dringend behandlungsbedürftiger Erkrankung ist schmal. Das Krankheitsgeschehen ist in seiner Dynamik nicht vorhersehbar. Schnell kann sich aus einem harmlosen Infekt ein schwerer Infekt entwickeln, bei dem man mit dem Behandlungsbeginn keine Zeit verlieren darf. Ratschläge sind daher sehr schwer zu erteilen. Ein ungutes Bauchgefühl sollte schon Grund genug sein, das Kind großzügig dem Arzt vorzustellen. Deshalb rate ich: Gehen Sie immer dann zum Arzt, wenn es Ihnen in den Sinn kommt. Unsicherheit ist immer ein Alarmsignal und kann schnell ungute Situatio-

Zu guter Letzt

Ist eine Erkrankung abgeklärt und befindet sich das Kind auf dem Weg der Besserung, kann sowohl beim Kind als auch bei den Eltern das Vertrauen in die Heilungskräfte wachsen. Neben dem Einsatz natürlicher Heilmittel ist es am besten, das kranke Kind liebevoll zu begleiten, seiner Genesung zu vertrauen und gelassen zu bleiben. Auf diese Weise können sich die Kleinen gesund schlafen und wohlbehütet entwickeln.

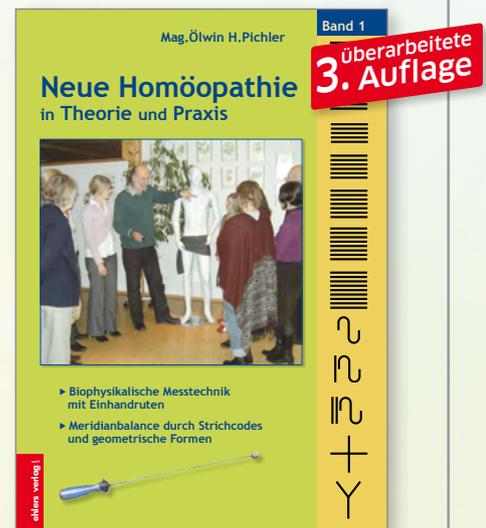


Dr. Annette Eiden ist nieder-gelassene Fachärztin für Kinder- und Jugendmedizin und Homöopathie in ihrer Praxis in Gauting bei München. Sie ist Mutter von vier Kindern und hat zahlreiche Ratgeberbücher zu den Themen Gesundheit, Kinderkrankheiten und Darm veröffentlicht.

Bücher aus dem ehlers verlag

Neue Homöopathie in Theorie und Praxis 1

Das erste Lehrbuch zur Körbler® Methode



Best.-Nr. 750 / Preis 39,80 €

Das Lehrbuch der Neuen Homöopathie vermittelt im ersten Band die Grundlagen der biophysikalischen Messtechnik nach Körbler und den Einsatz von Strichcode-Antennen an Akupunktur- und Systempunkten des menschlichen Meridiansystems. Auf der Grundlage neuester Erkenntnisse aus Chaosphysik, Systemtheorie und moderner Biophysik wird die Antennen-Wirkung von Strichen und geometrischen Formen in ultraschwachen Feldern erklärt. Informationsaustausch findet mittels Schwingungskommunikation statt. Mit Hilfe der Körblerschen Strichcode-Antennen kann man in die permanent stattfindenden Informations- und Energieaustauschprozesse zwischen dem Biosystem Mensch und seiner Umgebung modulierend eingreifen. Das Aufbringen von Strichcode-Antennen an ausgewählten Akupunktur- und Körblerschen Systempunkten, den Energie- und Informationsaustauschstellen des Menschen, balanciert effektiv die Zirkulation der Lebensenergie im Energiekörper des Menschen. So werden energetische Blockaden gelöst, Selbstheilungsprozesse können stattfinden.

Neue Homöopathie in Theorie und Praxis, Band I:
Best.-Nr. 750 / Preis 39,80 €
zzgl. 3,- € Porto und Verpackung (6,- € EU-Ausland)
ehlers verlag gmbh, Geltinger Str. 14e
82515 Wolfratshausen, Tel.: 08171/41 84-60, Fax: -66
E-Mail: vertrieb@ehlersverlag.de, www.raum-und-zeit.com
Änderungen vorbehalten.