Unser Beitrag für das Wohl und die Sicherheit Ihres Kindes

Mit freundlicher Empfehlung

MERKBLATT KINDERUNFÄLLE U4 + U5

AOK Die Gesundheitskasse.

BKK®

IKK e.V.

KNAPPSCHAFT

Spitzenverband der landwirtschaftlichen Sozialversicherung

Verband der Ersatzkassen e. V. (vdek)

- BARMER GEK
- Techniker Krankenkasse
- DAK-Gesundheit
- KKH-Allianz
- HEK-Hanseatische Krankenkasse
- hkk

vdek Die Ersatzkassen

BZgA Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung

bvkj. Berufsverband der Kinder- und Jugendärzte e.V.

MEHR SICHERHEIT FÜR KINDER – SAFE KIDS

KBV Kassenärztliche Bundesvereinigung Körperschaft des öffentlichen Rechts

Stand: 12/2011 Layout & Illustration: Ryba Art & Design Druck:

Herausgeber: Verband der Ersatzkassen e.V. (vdek), Thomas Ballast (Vorstandsvorsitzender des vdek, v.i.S.d.P.), Anschrift: Verband der Ersatzkassen e.V., Askanischer Platz 1, 10963 Berlin, Email: info@vdek.com, Idee & Konzeption: BVKJ e.V., Finanzierung durch: AOK Bundesverband, BKK Bundesverband, IKK e.V., Knappschaft, Spitzenverband der landwirtschaftlichen Sozialversicherung, vdek

Liebe Eltern,

die Beweglichkeit Ihres Kindes nimmt rasant zu und es erweitert seinen Aktionsradius. Ihr Kind wird mobil und lernt das gezielte Greifen, beginnt zu krabbeln und zu sitzen. Viele Dinge in der Nähe sind interessant, werden gegriffen und in den Mund gesteckt. Alles, was herunterhängt, verlockt zum Greifen und Ziehen. Das sich Hochziehen bereitet das Laufen vor und birgt neue Gefahren.

Unfälle sind die größte Gefahr für Leben und Gesundheit Ihres Kindes. Durch einfache Maßnahmen lassen sich die meisten Unfälle vermeiden. Unfallschwerpunkte in diesem Alter sind:

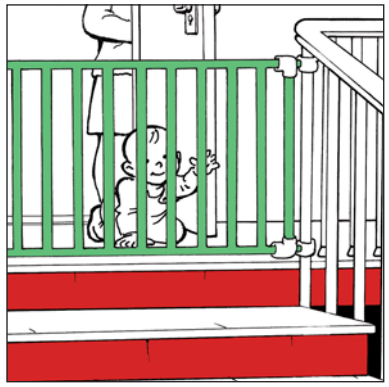
- **Stürze**
- **Vergiftung**
- **Ertrinken**
- **Ersticken**

Die zunehmende Mobilität Ihres Kindes erfordert vermehrt Ihre Aufsicht und Sorge für eine kindersichere Umgebung.

Bei allen Unsicherheiten in der Betreuung Ihres Kindes wenden Sie sich vertrauensvoll an Ihre(n) Kinder- und Jugendärztin oder -arzt.

Mit freundlicher Empfehlung

Treppensturz



Vorbeugung

Sichern Sie Treppenzugänge durch Schutzgitter!
Treppe abwärts soll das Kind zunächst nur unter Aufsicht rückwärts krabbeln.

Sturz aus Hochstuhl Einkaufswagen, Gitterbett

Vorbeugung

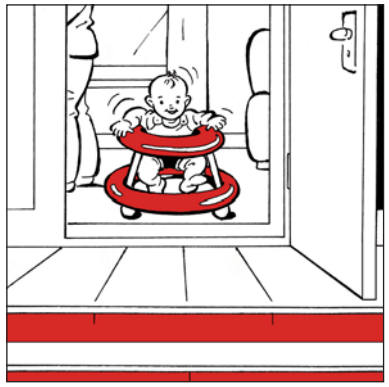
Stellen Sie den Hochstuhl kippsicher auf!
Kind im Hochstuhl und Einkaufswagen nie unbeobachtet lassen: Ausstiegsversuche!
Im Gitterbett die Matratze rechtzeitig absenken. Ausstieg durch Herausnehmen der Gitterstäbe ermöglichen. Kind auf dem Arm: stets mit plötzlichen unkontrollierten Bewegungen des Babys nach hinten rechnen!

Ertrinken

Vorbeugung

Vor dem Baden Wassertemperatur prüfen!
Kleine Kinder können auch in sehr niedrigem Wasser (5-10 cm) ertrinken. Lassen Sie Ihr Kind in Badewanne oder Duschtasse nie unbeaufsichtigt!
Geschwisterkinder können die Verantwortung nicht übernehmen.

Sturz mit Lauflernhilfe/Gehfrei



Vorbeugung

Benutzen Sie grundsätzlich keine Lauflernhilfen/Gehfrei!
Sie sind unfallträchtig und fördern nicht das Laufen lernen. Erhöhte Sturzgefahr insbesondere an Treppen, Tüschwellen und Teppichrändern. Lauflernhilfen ermöglichen das Ziehen an Tischdecken und Kabeln, das schwere Kopfverletzungen und Verbrühungen zur Folge haben kann.

Ersticken

Vorbeugung

Kleine Kinder stecken alles in den Mund und verschlucken sich.
Halten Sie kleine Gegenstände, die die Atmung blockieren oder behindern können, vom Säugling fern!
Typisch und besonders gefährlich sind Erdnüsse, Weintrauben, kleine Nahrungsstücke, Münzen, Murmeln, Bausteine und Luftballonreste.

Vergiftung/Verätzung

Vorbeugung

Putzmittel und andere Chemikalien in Originalbehälter verschlossen bzw. außerhalb der Reichweite von Kindern aufbewahren. Besondere Gefahr besteht durch ätzende Reinigungsmittel (z.B. Entkalker, Rohr- und WC-Reiniger).
Medikamente, Tabakwaren oder Alkohol von Kindern fernhalten.

U4 Seelisch gesund aufwachsen

3.-4. Lebensmonat

Liebe Eltern,

Ihr Kind interessiert sich immer mehr für seine Umgebung. Es nimmt Stimmungen wahr und lächelt Sie gerne an.

Hier geht's zum Film

Ihr Kind kennt Sie und vertraute Personen jetzt gut. Es lacht, streckt die Arme aus und äußert sich durch Laute, wenn Sie mit ihm spielen. Ihr Kind braucht Ihre Anwesenheit, wenn neue Personen hinzukommen.

Vertraute Bezugspersonen sind ein sicherer Ort. Kinder brauchen diese Sicherheit, um ihre Umgebung mehr und mehr zu erkunden. Eine unvorbereitete Trennung erzeugt Stress und kann das Vertrauen der Kinder beeinträchtigen.

„Ich brauche deine Nähe. Mit Menschen, die mir nicht vertraut sind, fühle ich mich unsicher."

„Wenn ich dich anlächle und du mir antwortest, bin ich glücklich."

Ihr Kind lächelt Sie aktiv an. Manchmal gluckst es vor Freude. Es liebt Wiederholungen und freut sich, wenn Sie mit ihm sprechen. Die gemeinsame Zeit ist für Ihr Kind sehr wertvoll.

Jeder Austausch zwischen Kindern und ihren Bezugspersonen festigt die Bindung und gibt dem Kind Bestätigung, etwas bewirken zu können. Diese Erfahrung ist für die gesunde seelische Entwicklung wichtig.

Ihr Kind fängt an zu spielen. Gegenstände, die Sie ihm anbieten, greift es, steckt sie in den Mund und erkundet sie mit allen Sinnen. Es mag Wiederholungen, bis es das Interesse verliert.

Alle Gegenstände sind neu und interessant. Kinder lernen mit Augen, Händen und Mund ihre Beschaffenheit kennen, etwa Form, Gewicht und Oberfläche, und können sich lange mit einem Gegenstand beschäftigen. Das Erkunden mit allen Sinnen und gemeinsames Spielen motiviert sie, neue Erfahrungen zu sammeln.

„Ich interessiere mich für Gegenstände und will sie entdecken."

„Bewegung ist für mich wichtig und tut mir gut."

Ihr Kind genießt es, sich frei zu bewegen. Durch die Bewegung von Armen und Beinen zeigt es seine Gefühle und drückt Lebensfreude aus. Es ist gut, Ihr Kind zu loben und seine Fortschritte zu bewundern.

Selbstbestimmte Bewegungen sind für die Persönlichkeitsentwicklung der Kinder bedeutsam. Um die Welt zu entdecken, müssen sie ihre motorischen Fähigkeiten kennenlernen und weiterentwickeln. So werden Selbstvertrauen und Motivation gestärkt.

„Ich möchte deine ganze Aufmerksamkeit. Ich will, dass ich dir wichtig bin."

Besonders wertvoll für Ihr Kind sind die Zeiten, in denen Sie ihm Ihre ungeteilte Aufmerksamkeit schenken. Dann merkt es, wie wichtig es Ihnen ist. Es spürt auch, wenn Sie beispielsweise durch Ihr Handy abgelenkt sind und Ihre Aufmerksamkeit nicht mehr Ihrem Kind gilt. Bildschirmfreie Zeiten sind sehr wichtig und tun Ihnen und Ihrem Kind gut.

Intensiver Austausch zwischen Babys und Eltern unterstützt die Gehirnentwicklung. Ungeteilte Aufmerksamkeit, zum Beispiel beim Essen, Spielen oder zu Bett bringen, vermittelt Kindern Sicherheit und Wertschätzung. Plötzliche Unterbrechungen können Kinder verunsichern und sollten ihnen erklärt werden.

Ein Kind bedeutet für Ihre Partnerschaft Veränderungen, die nicht immer reibungslos verlaufen. Ihr Baby reagiert auf die unterschiedlichen Stimmungen in der Familie. Wenn Sie ängstlich, wütend oder niedergeschlagen sind oder sich überfordert fühlen, hilft es, mit Vertrauenspersonen zu sprechen und um Unterstützung zu bitten.

Ein achtsamer und wertschätzender Umgang in der Familie auch in schwierigen Situationen tut Kindern gut. Anhaltende Konflikte übertragen sich auf Kinder. Sie reagieren darauf häufig mit Unruhe, Schreien oder Schlafstörungen. Bei andauernden Problemen ist es klug, professionelle Hilfe in Anspruch zu nehmen. Auch das bedeutet elterliche Verantwortung.

„Ich nehme Stimmungen wahr. Es ist gut für mich, wenn meine Eltern auf sich achten."

bvkj.
Berufsverband der
Kinder- und Jugendärzte e.V.

Ansprechpartner für Ihre Fragen sind Ihre Ärztinnen und Ärzte für Kinderheilkunde und Jugendmedizin vor Ort. Informationen unter www.kinderaerzte-im-netz.de

Elterntelefon
0800
1110550
Mo–Fr: 9–11 Uhr
Di+Do: 17–19 Uhr
unterstützt durch die Deutsche Telekom
NummergegenKummer

Onlineberatung für Eltern
bke-elternberatung.de
Mail – Chat – Forum

Beratungsangebote für Eltern:
Anonym und kostenlos!
Bei kleinen Sorgen.
In schwierigen Situationen.

Nationales Zentrum
Frühe Hilfen

Frühe Hilfen...
sind Angebote für werdende Eltern und Familien mit Kindern bis drei Jahre. Diese Angebote bieten Eltern Unterstützung, Beratung und Begleitung. Sie sind freiwillig und kostenfrei. Ziel ist es, jedem Kind eine gesunde Entwicklung zu ermöglichen. Weitere Informationen finden Sie unter **www.elternsein.info**

Alle Filme zu den Elterninformationen *Seelisch gesund aufwachsen* finden Sie hier:

https://seelisch-gesund-aufwachsen.de

Die Filme stehen auf der Website auch in den folgenden Sprachen zur Verfügung:

- Arabisch
- Englisch
- Französisch
- Russisch
- Türkisch

Hier geht's zum Film

Diese Elterninformationen sind ein Gemeinschaftsprojekt von:

vdek Die Ersatzkassen
Techniker Krankenkasse (TK) · BARMER
DAK-Gesundheit · KKH Kaufmännische Krankenkasse
hkk – Handelskrankenkasse · HEK – Hanseatische Krankenkasse

AOK Die Gesundheitskasse.

BKK

IKK

KNAPPSCHAFT für meine Gesundheit!

SVLFG

bvkj.
Berufsverband der
Kinder- und Jugendärzte e.V.

KBV KASSENÄRZTLICHE BUNDESVEREINIGUNG

Deutsche Liga für das Kind

BZgA Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung

Nationales Zentrum
Frühe Hilfen

Impressum

Herausgeber:
Verband der Ersatzkassen e. V. (vdek)

Anschrift:
Verband der Ersatzkassen e. V.
Askanischer Platz 1
10963 Berlin

info@vdek.com
www.vdek.com

Idee & Konzeption:
Deutsche Liga für das Kind

Finanzierung durch:
- **vdek**
- **AOK-Bundesverband**
- **BKK**
- **IKK e.V.**
- **KNAPPSCHAFT**
- **SVLFG**

Design & Illustration:
Kai Herse & Anke am Berg

Fotos:
Eva Radünzel, Darja Pilz, Anja Hansmann

Druck:
KERN GmbH
In der Kolling 7
66450 Bexbach

Mit freundlicher Empfehlung

Hier geht's zum Film