

Manchmal ist
weniger Medizin
besser für Ihr Kind:
Fünf Beispiele



Sind Kinder krank, möchten Eltern und Kinderärzt:innen das Leiden möglichst schnell beenden. Doch manchmal schadet eine medizinische Behandlung mehr, als dass sie nützt.



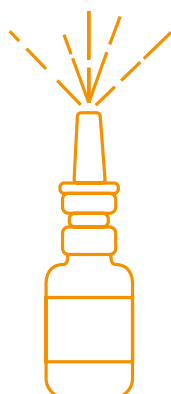
1 Mittelohrentzündung

Eine akute Mittelohrentzündung bei Kindern sollte nicht routinemässig mit einem Antibiotikum behandelt werden.

Eine Mittelohrentzündung (Otitis media) ist häufig die Folge einer Virus-Erkrankung und bedarf keiner Therapie mit einem Antibiotikum. Der ungerechtfertigte Einsatz von Antibiotika führt zu verschiedenen unerwünschten Nebenwirkungen wie Allergien, Resistenzbildung, Durchfall oder anderen Komplikationen. Viele Mittelohrentzündungen heilen im Krankheitsverlauf von selbst wieder ab.

Das können Sie tun:

- Geben Sie Ihrem Kind bei starken Schmerzen schmerzstillende Medikamente wie Paracetamol oder Ibuprofen – in alters- und gewichtsentsprechender Dosierung.
- Pflegen Sie die Nase mit isotonischer Kochsalzlösung.
- Besuchen Sie nach zwei bis drei Tagen erneut die Kinderärztin oder den Kinderarzt, wenn sich der Zustand nicht bessert.



2 Rückfluss von Mageninhalt

Verabreichen Sie keine Säureblocker zur Behandlung des Rückflusses von Mageninhalt bei Säuglingen.

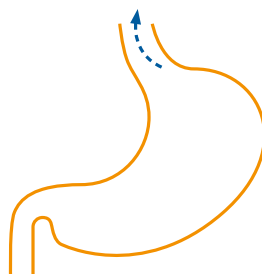
Der Rückfluss von Mageninhalt im Säuglingsalter ist ein normaler Vorgang und erfordert keine Behandlung mit Säureblockern. Die Hälfte aller Säuglinge haben einen Rückfluss. Dieser beginnt im Verlauf des 1. Lebensmonats und nimmt bis ins Alter von 4 bis 5 Monaten zu. Die Säuglinge geben einen Teil ihrer Mahlzeiten wieder raus. Dies ist unter anderem die Folge eines noch nicht ausgereiften Verdauungssystems.

Die Unterdrückung der Magensäureproduktion verbessert weder unerklärliches Schreien noch Aufstossen. Der Einsatz von Säureblockern kann fürs Kleinkind sogar schädlich sein und Infektionen der Atemwege, Veränderungen der Darmflora und eine Schwächung der Knochen bewirken.

Bei schwallartigem Erbrechen, unstillbarem Schreien oder ungenügender Gewichtszunahme soll das Kind ärztlich untersucht werden.

Das können Sie tun:

- Sie können eine Oberkörperhochlagerung im Alltag zur Verminderung von Reflux versuchen (Oberkörper erhöhen um 30 Grad, beispielsweise mit Badetuch).



3

Husten

Geben Sie Ihren Kindern keine Hustenmedikamente.

Husten ist im Allgemeinen ein normaler Abwehrmechanismus des Körpers. Pflanzliche und chemische Hustenmedikamente sind gegen Erkältungen nicht wirksam. Sie können für Kinder sogar gefährlich sein, wie verschiedene Studien zeigen. Hustenmedikamente bestehen häufig aus mehreren Wirkstoffen. Zusammen mit anderen Medikamenten können sie zu Überdosierungen dieser Wirkstoffe führen.

Das können Sie tun:

- Geben Sie Kindern ab 12 Monaten Honig: mit einem kleinen Löffel oder im Tee.
- Vermeiden Sie, dass das Kind Zigarettenrauch ausgesetzt ist.
- Sorgen Sie für ein gutes Raumklima mit einer Luftfeuchtigkeit von 50–60% und einer Zimmertemperatur von 18°C.
- Lagern Sie den Oberkörper des Kindes hoch.



4

Magen-Darm-Grippe

Bei Kindern mit leichtem oder mittlerem Flüssigkeitsverlust (z. Bsp. bei einer Magen-Darm-Grippe mit Erbrechen und/oder Durchfall) sollte die fehlende Flüssigkeit via Mund zugeführt werden.

Bei einer schweren Magen-Darm-Grippe kann der Flüssigkeitsverlust gerade für Kleinkinder erheblich sein. Dieser Verlust muss kompensiert werden. Der Ersatz der Flüssigkeit kann auf verschiedene Arten erfolgen. Am schonungsvollsten und gesundheitsverträglichsten ist die Kompensation des Verlustes durch Trinken.

Bei ungenügender Trinkmenge kann die Flüssigkeit direkt über den Magen oder über das Blut zugeführt werden. Für die Zufuhr in den Magen wird eine feine Sonde via Nase und Speiseröhre gelegt. Für die Zufuhr ins Blut wird ein feines Schläuchlein direkt in eine Vene eingelegt und an eine Infusion angeschlossen. Da die Venen bei diesen Kindern schlecht gefüllt sind, braucht es manchmal mehrere Versuche. Dies kann schmerzhaft und belastend sein.

Das können Sie tun:

- Geben Sie Ihrem Kind verdünnten Apfelsaft, Muttermilch oder andere Getränke, die es kennt – durch Einlöffeln oder schluckweise trinken lassen.
- Zusätzlich können Sie Ihrem Kind rezeptfrei erhältliche Elektrolytlösungen verabreichen.



5

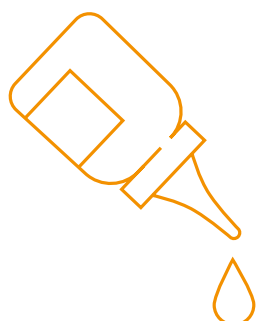
Virusinfektion der kleinen Atemwege

Verwenden Sie bei Säuglingen mit einer Virusinfektion der kleinen Atemwege nicht routinemässig kortisonähnliche Medikamente oder Asthma-Medikamente.

Bronchiolitis ist eine Entzündung der kleinsten Atemwege der Lunge, verursacht durch Erkältungsviren. Die Entzündung zeigt sich durch starken, schleimigen Husten, Schnupfen und meist Fieber. Betroffen sind oft Säuglinge, die dann angestrengt atmen und weniger gut trinken. Kortisonähnliche oder Asthma-Medikamente vermindern in dieser Situation weder das Risiko, dass Ihr Kind ins Spital gehen muss, noch verkürzen sie die Krankheit. Hingegen können solche Medikamente den Sauerstoffgehalt im Blut verschlechtern oder zu Herzrasen oder Zittern führen.

Das können Sie tun:

- Befeuchten Sie die Nase Ihres Kindes mit einer isotonischen Kochsalzlösung.
- Lassen Sie Ihr Kind häufig kleinere Portionen trinken.
- Bieten Sie Ihrem Kind die nötige Erholungszeit.



pädiatrie schweiz setzt sich fürs Kindswohl ein

Unnötige Behandlungen oder Abklärungen gehen nicht nur ins Geld, sondern schaden oft auch den Kindern.

pädiatrie schweiz, die nationale Fachgesellschaft der Schweizer Kinderärzt:innen, engagiert sich für «Smarter Medicine». Diese Initiative verfolgt den Grundsatz, dass eine Behandlung nur dann angewendet wird, wenn sie den Patient:innen tatsächlich etwas bringt.

Manchmal ist Geduld haben besser als behandeln.

- Mehr Informationen zu den fünf Beispielen aus dieser Broschüre finden Sie unter: paediatricschweiz.ch/choosingwisely

- Dort sind die Informationen in folgenden Sprachen als PDF zum downloaden und ausdrucken verfügbar: Deutsch, Englisch, Französisch, Italienisch, Bosnisch/Kroatisch/Serbisch, Portugiesisch, Spanisch und Türkisch



smarter medicine

Choosing Wisely Switzerland

pädiatrie schweiz

Die Fachorganisation der Kinder- und Jugendmedizin

Rue de l'Hôpital 15
Postfach 516
1701 Freiburg

+41 26 350 33 44
sekretariat@paediatricschweiz.ch
paediatricschweiz.ch