

Die Sache mit dem Schnuller



Foto: © iStock.com/
wundervisuals

Saugen ist ein lebenswichtiges Grundbedürfnis des Säuglings. Beim Stillen kann das Baby Hunger, Durst und sein Saugbedürfnis befriedigen, sich entspannen und nebenbei noch mit Mama kuscheln. So wird zeitgleich dem Bedürfnis nach Körperkontakt und Nähe Rechnung getragen. Nebenbei und ganz natürlich trainiert Stillen die Muskulatur von Mund, Gesicht und Rachenbereich. Diese Muskulatur braucht das Kind später auch beim Essen und zum Sprechen. Kieferentwicklung und Zahnstellung werden durch das Stillen positiv beeinflusst. Das Saugen ist beruhigend, schmerzlindernd, hilft beim Einschlafen und aktiviert das Verdauungssystem.

Ein Beruhigungssauger ist letztlich nur ein Ersatz für die Mutter und/oder ihre Brust. Babys bevorzugen in der Regel das Original. Viele Eltern versprechen

sich durch den Einsatz des Schnullers ein wenig mehr Flexibilität, ruhigere Nächte, versuchen mit dem Schnuller das Saugen an der Brust zu begrenzen oder geben den Beruhigungssauger im Glauben, er sei für das Baby wichtig.

Was passiert, wenn Eltern einen Beruhigungssauger einsetzen?

Gerade in den ersten Tagen muss das Saugen an der Brust noch gelernt und geübt werden. Durch das Saugen am Schnuller reduziert sich die Zeit, in der das Kind an der Brust saugt und trainiert. Ein wichtiger Impuls für die Etablierung der Milchproduktion wird damit eingeschränkt.

Wird das Kind auf das Material und die Form von künstlichen Saugern geprägt, kann dies unter Umständen zu Stillproblemen, wie wunden Brustwarzen, Milchstau oder Brustverweigerung führen oder bereits bestehende Stillprobleme verschärfen. Es gibt keine still-

freundlichen oder Mutterbrust-ähnlichen Sauger.

Saugt das Kind häufig und lange am Schnuller, werden sehr wahrscheinlich die frühen Stillzeichen nicht beachtet, in der Folge saugen viele Kinder seltener, kürzer und deutlich weniger effektiv an der Brust. Reduktion der Milchbildung und mangelnde Gewichtszunahme sind die Folge.

Beim Saugen wird sowohl an der Brust, als auch am Schnuller das Hormon Cholecystokinin ausgeschüttet. Dieses Hormon ist zuständig für das Sättigungsgefühl. Also selbst, wenn das Kind keine Milch oder Flüssigkeit schluckt, könnte es sich einen Teil seines Hungergefühls regelrecht „weg-schnullern“.

Während das Saugen an der Brust immer mit Körperkontakt verbunden ist, werden viele Kinder mit dem Schnuller körperfern beruhigt. Das starke Bedürfnis nach der sicheren Nähe einer wichtigen Bezugsperson wird so nicht mehr befriedigt.

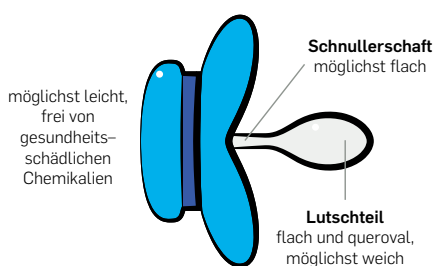
Der Schnuller soll ruhigstellen. Ein übermäßiger Einsatz des Schnullers hemmt die kindliche Motorik am ganzen Körper, die Sprachentwicklung und den kindlichen Forscherdrang.

Je nach Form des Beruhigungsaugers, Häufigkeit und Dauer der Schnullerverwendung kann die Mundmotorik negativ beeinflusst werden. Die Folge können Zahn- und Kieferfehlstellungen, Sprach- und Schluckstörung und Essprobleme sein. Da der Schnuller zusätzlich ein Keimträger ist, treten vermehrt Mittelohrentzündungen auf. ▶

Welcher Schnuller?

Der beste Schnuller ist jener, der nie eingesetzt wird!

- › Die im Handel angeführten Bezeichnungen „physiologisch“, „kiefergerecht“, „brustwarzenähnlich“ oder „natürlich geformt“ sind irreführend. JEDER Schnuller hat das Potenzial, die oben genannten Probleme zu verursachen, vor allem, wenn er zu lange und zu häufig eingesetzt wird. Das Saugmuster am Schnuller ist völlig anders als an der Brust und kann daher bei manchen Babys ein problematisches Trinkverhalten an der Brust begünstigen. Wird dennoch ein Schnuller genutzt, soll er die Funktion der Mund-, Gesichts- und Zungenmuskulatur möglichst wenig stören. Der **Schnullerschaft** (dort, wo die Lippen aufliegen) sollte möglichst **flach** sein.
- › Der Lutschteil des Schnullers sollte eine **flache querovale Form** haben und möglichst **weich** sein, damit er der Zunge im Mund möglichst viel Platz lässt.
- › Der Schnuller muss möglichst **leicht** sein und darf **keine gesundheitsschädlichen Chemikalien** enthalten.
- › Der Schnuller soll aus hygienischen Gründen möglichst **oft gewechselt** werden, muss aber nicht mitwachsen. Besser ist es, ihn rechtzeitig wieder abzugewöhnen.



Gibt es Gründe, den Schnuller doch zu verwenden?

Bei Frühgeborenen wird der Schnuller oft therapeutisch eingesetzt.

Wenn das Kind über eine lange Zeit von der Mutter getrennt ist (z.B. Krankenhausaufenthalt), muss sein Saugbedürfnis dennoch befriedigt werden.

Babys, die mit der Flasche gefüttert werden, können ihr Saugbedürfnis oft nicht ausreichend befriedigen. Für diese Kinder macht der Schnuller insbesondere zum Einschlafen Sinn.



QUELLEN:

- › www.stillen-institut.com
- › Myofunktionelle Anforderungen an Beruhigungssauger – Interdisziplinäre Arbeitsgruppe Ernährungssauger und Beruhigungssauger. Univ. Klinik Innsbruck in Zusammenarbeit mit Mathilde Furtenbach
- › Der verantwortungsvolle Umgang mit dem Schnuller aus logopädischer Sicht. Ulrike Lens
- › Das Problem mit Fläschchen und Schnuller, Andrea Hemmelmayr, VSLÖ News Herbst 2018

Wie verwenden?

› Unruhige Babys brauchen Zuwendung, Körperkontakt, vielleicht Stillen oder Tragen – der Schnuller sollte **nicht als erste Maßnahme** eingesetzt werden.

› Die **Stillbeziehung** sollte vor dem Einsatz von Schnullern **gut etabliert** sein. Gestillte Kinder sollten an der Brust auch ihr Saugbedürfnis stillen dürfen, auch wenn sie bereits satt scheinen.

› **So wenig wie möglich, so viel wie nötig:** überlegter und maßvoller Einsatz wie bei einem Medikament.

› Wenn der Schnuller gegeben wird, zeitgleich für **Körperkontakt** sorgen.

› Schnuller **nach dem Einschlafen entfernen**.

› **Sprechen und Spielen ohne Schnuller** im Mund.

› Schnuller **nicht herumliegen lassen** oder an der Kleidung des Kindes befestigen – verleitet zu vermehrtem Gebrauch, bzw. erhöht die Schnullerkette das Gewicht des Schnullers.

› Den Schnuller möglichst **bald abgewöhnen**.



IBCLC

*Still- und Laktationsberaterinnen IBCLC (International Board Certified Lactation Consultants) sind die einzigen international anerkannten Spezialisten für Stillen und Laktation mit medizinischem Hintergrund.

Die Entscheidung „Stillen“ oder „Nicht Stillen“ hat kurz- und langfristige Einflüsse auf die Gesundheit des Kindes und der Mutter. Allerdings ist Stillen nicht immer einfach und braucht möglicherweise professionelle, fachkundige Unterstützung.

Kontaktieren Sie Ihre IBCLC