

## DAS GESUNDE KIND

### Entwicklung und Vorsorgeuntersuchungen 12

Nach der Geburt .....	13
Das Neugeborenenenscreening .....	15
Sicher schlafen .....	16
Die ersten Wochen .....	21
Ist das normal? .....	23
Das erste Vierteljahr .....	24
Ist das normal? .....	25
Schon ein ganzes halbes Jahr .....	28
Ist das normal? .....	29
Der 1. Geburtstag .....	31
Ist das normal? .....	33
2 Jahre und es spricht und es trotzt .....	35
Ist das normal? .....	37
3 Jahre und es wird immer eigenständiger .....	40
Ist das normal? .....	42
4 Jahre und ein laufender Meter .....	44
Ist das normal? .....	45
5 Jahre und schon so groß geworden .....	47
Ist das normal? .....	48
Was passiert bei den Vorsorgeuntersuchungen? .....	50
Auffälligkeiten in der Entwicklung – keine Panik! .....	53

### Ernährung 55

Muttermilch und Stillen – Breast is best .....	55
Säuglingsnahrung – auch (k)ein Drama!? .....	59
Beikost – Essen will gelernt sein .....	63

Familienkost – Bitte alle an den Tisch .....	67
Gesunde Kinderernährung .....	69
Wenn Essen krank macht .....	71
Lebensmittelunverträglichkeiten .....	71
Lebensmittelallergien .....	72

## **Zahnpflege und Vitamine** **76**

Zähne richtig pflegen .....	76
Vitamine und Mineralstoffe .....	77

## **Impfungen** **80**

Rotavirus .....	82
Sechsfach- und Fünffach-Impfung (Tetanus, Diphtherie, Keuchhusten, Kinderlähmung, Hämophilus influenzae B, mit/ohne Hepatitis B) .....	83
Pneumokokken (13-fach – gegen 13 Typen) .....	85
Masern, Mumps, Röteln, Windpocken .....	86
Meningokokken .....	88
Humane Papillomviren (HPV) .....	89
Influenza (Virusgrippe) .....	90
Frühsommer-Meningoenzephalitis (FSME) .....	92

# DAS KRANKE KIND

## **Infektionen und Immunabwehr** **96**

Infektionskrankheiten .....	96
Viruserkrankungen .....	96
Bakterielle Infektionen .....	98
Pilzinfektionen .....	99
Das Immunsystem .....	100
Fieber .....	103

**Kopf****108**

<b>Kopfschmerzen</b> .....	108
<b>Hören und Hörstörungen</b> .....	110
<b>Sehen und Sehstörungen</b> .....	113
<b>Bindehautentzündung</b> .....	115
<b>Zahnen</b> .....	117

**Atemwege****119**

<b>Atemwegsstörungen</b> .....	119
<b>Nase</b> .....	120
<b>Mund-Rachen-Raum und Mandeln</b> .....	121
<b>Mittelohrentzündung und Mittelohrerguss</b> .....	122
<b>Kehlkopf und Luftröhre</b> .....	124
<b>Bronchien</b> .....	126
<b>Lunge</b> .....	128
<b>Atemwegsallergien, Heuschnupfen und Asthma bronchiale</b> .....	129
<b>Husten</b> .....	132
<b>Husten bei Infektionen</b> .....	133
<b>Fremdkörper in den Atemwegen</b> .....	134
<b>Chronischer Husten</b> .....	135

**Bauch****137**

<b>Bauchschmerzen</b> .....	137
<b>Blähungen</b> .....	138
<b>Dreimonatskoliken</b> .....	139
<b>Verstopfung</b> .....	140
<b>Darameinstülpung (Invagination)</b> .....	143
<b>Leistenbruch</b> .....	143
<b>Blinddarmentzündung</b> .....	144

<b>Durchfall</b> .....	145
Magen-Darm-Grippe .....	146
Zöliakie (Glutenunverträglichkeit) .....	147
<b>Erbrechen</b> .....	148
<b>Häufiges oder schmerzhaftes Wasserlassen</b> .....	150
<b>Würmer im Bauch</b> .....	151

## **Haut** **152**

<b>Die gesunde Haut</b> .....	152
Die Pflege der gesunden Haut .....	153
<b>Die kranke Haut</b> .....	155
Neugeborenenakne & Co. ....	155
Wunder Po oder Pilzinfektion? .....	156
Neurodermitis .....	157
Schuppenflechte (Psoriasis) .....	160
Und noch mehr Ausschlag .....	161
<b>Viren, Bakterien &amp; Co.</b> .....	162
Warzen und Dellwarzen .....	162
Impetigo contagiosa (Borkenflechte) .....	163
Ekzema herpeticatum .....	164
Läuse .....	164
Krätze .....	165
Insektenstiche .....	166
Kontaktekzeme .....	166
Zecken .....	167

## **Angeborene Fehlbildungen und Gene** **168**

<b>Genetik light</b> .....	168
<b>Organfehler</b> .....	170

## **Chronisch krankes Kind oder behindertes Kind 172**

Die Geburt eines kranken Kindes .....	173
Chronische Erkrankungen .....	176
Diabetes mellitus Typ 1 .....	176
Chronische Darmentzündungen .....	178
Epilepsie – Krampfanfälle .....	179
Rheuma .....	182
Neurofibromatose Typ 1 .....	183
Marfan-Syndrom .....	184

## **Kinder- und Jugendpsychiatrische Fragen 185**

Therapie, Jugendhilfe & Co. – Was ist das eigentlich? .....	186
So funktioniert eine Therapie .....	186
Behandler/-innen und Therapieformen .....	187
Jugendamt & Co. ....	188
Hilfe, ich glaub, ich hab ein Schreibaby! .....	189
Mein Kind spricht nicht richtig .....	192
Mein Kind ist anders – Autismusspektrumsstörungen (ASS) .....	193
Mein Kind macht (noch) in die Hose .....	196
Ist das noch die Trotzphase? .....	199
Normales Trotzen vs. oppositionelle Störung .....	199
ADHS und ADS .....	201
Mein Kind hat etwas Schlimmes erlebt .....	204

## **MEDIKAMENTE UND NOTFÄLLE**

### **Medikamente und Hausapotheke 210**

Medikamente – Grundlagen .....	210
Wichtige Medikamente .....	212
Fieber- und Schmerzmittel .....	212
Magen-Darm-Mittel .....	212

Hustenmittel .....	213
Antibiotika .....	214
Nasentropfen .....	214
Allergiemittel .....	215
Fieberkrampf .....	216
Naturheilkundliche Mittel .....	216
Homöopathische Medikamente .....	216
Psychopharmaka .....	217
Medikamente für Wunden, Verbrennungen oder Verbrühungen ...	217
Hausapotheke .....	218

## **Notfälle 220**

Notruf .....	221
Atemnot .....	222
Austrocknung .....	224
Fieberhafter Infekt .....	225
Gehirnerschütterung .....	226
Insektenstiche .....	228
Knochenbrüche .....	229
Krampfanfälle .....	230
Nasenbluten .....	232
Schnitt- und Platzwunden .....	232
Stromunfall .....	234
Verätzungen .....	235
Verbrühungen und Verbrennungen .....	236
Vergiftungen .....	238
Wiederbelebung – Reanimation .....	240
Zahnunfall .....	242

## **Notrufe richtig absetzen 243**

Register .....	245
----------------	-----