



Wann zum Arzt?

Wenden Sie sich an Ihren Kinderarzt bzw. im Notfall an die Notfallambulanz der Kinderklinik (<http://kinderklinik.uniklinikumgraz.at>):

- wenn eine ausreichende Schmerzlinderung zuhause nicht möglich ist
- wenn die Schmerzen andauern
- wenn Sie sich bezüglich der Schmerzursache unsicher sind



Tipps

Den Schmerz beobachten:

Wenn Kinder öfters Schmerzen haben, empfiehlt es sich, ein Schmerz-Tagebuch zu führen. In diesem schreibt man genau auf, wie stark die Schmerzen sind, wann sie kommen und gehen, wie lange sie dauern, welche Maßnahmen helfen. Solche Tagebücher sind für die Diagnosestellung bei wiederholt auftretenden Schmerzzuständen sehr hilfreich.

Bei wiederkehrenden Bauchschmerzen sind auch Informationen hinsichtlich der Ernährung und des Stuhlgangs sehr wichtig. Auch hier ist eine Dokumentation sinnvoll, um den Arzt bei der Diagnosefindung zu unterstützen.

Impressum:

Medieninhaber: LKH-Univ. Klinikum Graz
A-8036 Graz, Auenbruggerplatz 1
www.klinikum-graz.at

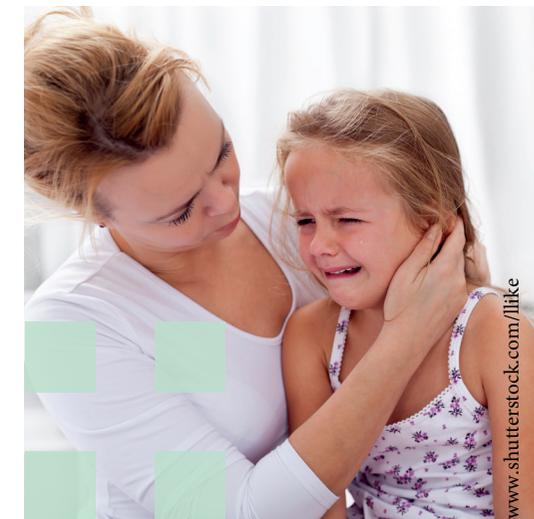
Titelfoto: www.shutterstock.com/like

Fotos: shutterstock.com/like, Lorelyn Medina, Suzanne Tucker, Image Point Fr, Juan Aunion, A. and I. Kruk

Stand: Graz, November 2016

MEIN KIND HAT SCHMERZEN

Universitätsklinik für
Kinder- und Jugendheilkunde





Infos zu Schmerzen

Schmerzen sind ein Warnsymptom des Körpers.

Je nach Alter verhalten sich Kinder mit Schmerzen ganz unterschiedlich:

- Während ältere Kinder oft bereits angeben können, was und wo es ihnen weh tut, fallen kleine Kinder und Säuglinge mit Schmerzen oft nur durch vermehrte Unruhe oder Schreien auf.
- Gerade bei Säuglingen kann die Unterscheidung zwischen Schmerzen und anderen Zuständen des Unwohlseins schwierig sein.
- Versuchen Sie, die Intensität der Schmerzen Ihres Kindes einzuschätzen. Starke Schmerzen bedingen einen raschen Handlungsbedarf.



Was kann ich tun?

Bei Schmerzen sollten Sie Ihrem Kind mit schmerzlindernden Maßnahmen – auch bereits vor dem Arztbesuch – helfen.

Achten Sie gezielt auf mögliche Zeichen einer dem Schmerz zugrundeliegenden Ursache. Es hängt von der Ursache ab, ob Sie zusätzlich zur Schmerzlinderung auch noch andere Maßnahmen ergreifen müssen.

Medikamente:

Bei Kindern gelten Paracetamol und Ibuprofen als gut geeignete schmerzlindernde Medikamente. Man kann Saft, Zäpfchen oder Tabletten verwenden. Bitte halten Sie sich hinsichtlich Anwendung und Dosierung unbedingt an die Medikamenteninformation.



Was kann ich tun?

Allgemeine Maßnahmen

- Reden Sie Ihrem Kind gut zu, vermitteln Sie ihm Sicherheit und Nähe, trösten Sie es.

Spezielle Maßnahmen

- **Bauchschmerzen:** Wärme mittels eines leicht erwärmten Kirschkernkissens oder einer leicht erwärmten Wärmflasche; sanfte Bauchmassagen.
- **Kopfschmerzen:** Ruhe, den Raum abdunkeln, kühle Raumluft. Bei größeren Kindern kann auch eine sanfte Massage der Schläfenregion mit Pfefferminzöl helfen.
- **Verbrennungen und Verbrühungen:** Kühlung des Wundbereiches mit lauwarmem Wasser für ca. 5 Minuten.