



## Kinderarztsprechstunde mit Dr. Martin Lang

*Michaela K.: Wir sterilisieren die Trinkflaschen und Schnuller unserer vier Monate alten Tochter nach jedem Gebrauch. Bis zu welchem Monat ist dies eigentlich notwendig und sinnvoll?*

Dr. med. Martin Lang, Kinder- und Jugendarzt, Augsburg

**Dr. Lang:** Die Wissenschaft ist sich einig, dass Milchflaschen, Schnuller & Co. in den ersten sechs Monaten sterilisiert werden sollten. Denn Babys besitzen in dieser Phase ein noch unreifes Immunsystem, das wesentlich von den mütterlichen Leihantikörpern gestützt wird. Und: Milch und Milchreste sind ein guter Nährboden für krankmachende Keime. **Ab dem siebten Lebensmonat** haben Säuglinge regelmäßig Kontakt mit Umweltkeimen. Sie robben und krabbeln, betasten Gegenstände und nehmen sie mit Vorliebe in den Mund. Natürlich werden sie auch von einem nichtsterilen Teller und mit einem nichtsterilen Löffel gefüttert. Und das ist gut so. Denn ein gesundes Immunsystem baut sich auch dadurch auf, dass es natürlichen Kontakt mit unproblematischen Alltagskeimen seiner Umgebung hat. Umgekehrt hat sich herausgestellt, dass übertriebene Hygiene im ersten Lebensjahr bei den Säuglingen die Bereitschaft zu einer Allergieentwicklung fördern kann.



Illustration: Lindenblatt

Ab dem siebten Lebensmonat können Sie also die Fläschchen in größeren Abständen – zum Beispiel nach jeder dritten Trinkmahlzeit – sterilisieren. So gewöhnt sich Ihre Tochter auch allmählich an normale Haushaltskeime. Die übermäßige Vermehrung von Problemkeimen wird aber durch das gelegentliche Sterilisieren weiterhin verhindert. **Gegen Ende des ersten Lebensjahres** können Sie das Sterilisieren der Fläschchen endgültig beenden.



Weitere Gesundheitstipps und -themen von Dr. Martin Lang online unter [www.BABYundGESUNDHEIT.de/expertenforum](http://www.BABYundGESUNDHEIT.de/expertenforum)

## Gesund & munter



## Kinderarztsprechstunde mit Dr. Martin Lang

*Anja B.: Unsere dreijährige Tochter hat bereits zum zweiten Mal eine Mittelohrentzündung. Was können wir tun?*

Dr. med. Martin Lang, Kinder- und Jugendarzt, Augsburg

**Dr. Lang:** Etwa 90 Prozent aller Kinder erkranken mindestens einmal an einer Mittelohrentzündung. Dabei bildet sich ein zähes Sekret im Mittelohr, das auf das Trommelfell drückt und starke Schmerzen, besonders während der Nacht, verursacht. Kinder, die noch nicht sprechen können, signalisieren ihre Schmerzen oft, indem sie sich mit der Hand an das Ohr greifen. Oder sie beginnen bei sanftem Druck auf den Gehörgang zu weinen. Fieber ist ein häufiger Begleiter einer Mittelohrentzündung. Säuglinge trinken in der Regel schlecht, weil ihnen schon das Schlucken Schmerzen bereitet. Als erste Maßnahme sollten Sie versuchen, den Schmerz zu lindern, also das zähe Sekret zu verflüssigen. Bewährt haben sich dabei **Zwiebelwickel** und **befeuchtende Nasentropfen**. Außerdem sollte Ihr Kind **reichlich trinken**. Grundsätzlich gilt aber: Eine Mittelohrentzündung muss vom **Kinderarzt** diagnostiziert und behandelt werden!

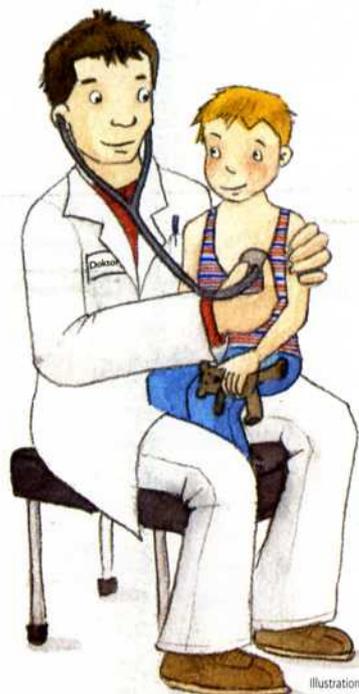


Illustration: Lindenblatt



Weitere Gesundheitstipps und -themen von Dr. Martin Lang unter [www.KINDundGESUNDHEIT.de/expertenforum](http://www.KINDundGESUNDHEIT.de/expertenforum)