

Tipps vom Doc

Die U3-Vorsorge: messen, wiegen, reden

Ein Thema für frischgebackene Eltern oder Menschen, bei denen das Elternwerden bald ansteht: die U3-Vorsorge. Das ist in der Regel die erste Vorsorgeuntersuchung, die in der Kinderarztpraxis stattfindet. Die U1 findet eigentlich immer im Kranken- oder Geburtshaus statt, die U2 meistens auch.

Also, was wird bei der U3 gemacht? Zunächst mal wird das Baby gemessen und gewogen und der Kopfumfang wird bestimmt. Diese Körpermaße muss man am Anfang sehr gut im Auge behalten, weil sie wichtige Aussagen über das Wohl des Babys ermöglichen.

Dann wird das Kind einfach von Kopf bis Fuß untersucht. Es wird ein Ultraschall der Hüfte gemacht, denn es gibt die sogenannten angeborenen Hüftdysplasien, die sich sehr gut im Ultraschall feststellen lassen und die sich auch sehr gut therapieren lassen, wenn man sie frühzeitig erkennt.

Dann wird mit den Eltern über das anstehende Stiko-Impfprogramm gesprochen, es wird über

Ernährung gesprochen, bzw. wird den Eltern nahegelegt, das Kind erst mal ausschließlich zu stillen, was einfach die beste und empfehlenswerteste Ernährung ist. Es wird außerdem über die Gabe von Vitamin D und Flour gesprochen. Und: Es sollte immer auch Zeit sein für Fragen, die sich bei den Eltern in den ersten Lebenswochen ergeben haben. Man redet mit ihnen auch darüber, dass es wichtig ist, für Entlastung zu sorgen und frühzeitig auch andere Menschen mit in die Betreuung einzubinden, um für sich selbst Pausen und Ruhezeiten zu schaffen.

Und, was für uns noch ein wichtiger Punkt ist: Den Eltern eine grobe Richtschnur mitgeben, wie sie erkennen können, dass es ihrem Baby gut geht. Wir sagen: Ein Baby sollte eine rosige Gesichtsfarbe haben und es sollte gut und kräftig trinken. Ein Baby darf in den ersten Monaten viel schlafen, am Anfang können das 18 bis 20 Stunden sein, aber wenn es wach ist, dann muss es auch wach wirken, muss herum schauen, strampeln, sich bewegen – einfach rege sein. Das ist ein untrügliches Zeichen dafür, dass es dem Kind gut geht.