

Ausserdem...



Jaun, 25. November 2023

Ratgeber Baby-Erziehung

Babys haben Gefühl für Ausscheidungen**Frage**

Ich war während der ganzen Schulzeit Bettnässer – es war grässlich. Dieses Schicksal will ich für mein Kind nicht. Ich bin schwanger und habe gehört, dass bereits Neugeborene ein Gefühl für ihre Ausscheidungen haben. Was muss ich wissen?

Eine breit angelegte Studie aus China an 19500 Kindern, die 2019 publiziert wurde, zeigt u. a. auf: Wenn ein Baby bis zum Alter von sechs Monaten nicht abgehalten wird, steigt die Wahrscheinlichkeit, dass es zum Bettnässer wird, mit jedem zunehmenden Monat. China gehört zu den Entwicklungsländern, in denen die Abhaltepraxis von Säuglingen ab Geburt traditionell verankert war. Die Ausscheidungsprobleme folgten, als die Wegwerfwindel massiv beworben wurde und auch da Einzug hielt.

Es ist tatsächlich so: Von 100 abgehaltenen Neugeborenen scheiden 100 da aus, wo sie zum Ausscheiden hingebacht werden. Diese Quote ist noch höher als beim Stillen. Dieser Entwicklungsschritt ist biologisch angelegt. Es handelt sich um einen frühkindlichen Reflex, der stimuliert werden muss. Frühkindliche Reflexe steuern in den ersten Tagen, Wochen und Monaten überlebenswichtiges und überlebenssicherndes Verhalten reflexartig. Sobald das zentrale Nervensystem gereift ist, verlieren sich diese Reflexe und werden von höheren Schaltkreisen abgelöst. Nichts ist für den Organismus komplexer und wichtiger als Nahrungsaufnahme und -abgabe. Entsprechende Rezeptoren nehmen Reize auf, verarbeiten und leiten diese weiter. Das ist wichtig für die Eltern zu wissen, denn das Baby wird dann ausscheiden, wenn es von seinen Eltern dazu aufgefor-

dert, respektive abgehalten wird. Bereits das Mekonium, das sogenannte «Kindspech», landet deshalb nicht in der Windel. Die Eltern lernen schnell den Rhythmus ihres Babys kennen und können feststellen, dass kaum Stuhl in der Windel landet, denn das Baby leert den Darm dann, wenn es dazu aufgefordert wird. Da es sich um einen frühkindlichen Reflex handelt, der entsprechend stimuliert werden will, gibt es Babys, die nicht stuhlen, wenn sie nicht abgehalten werden – was zu den berühmten Drei-Monats-Koliken führt. Es ist auch überhaupt nicht schwierig. Meine Tochter meinte, es sei ja noch einfacher als Stillen. Es gibt einfach ein paar Dinge, die Eltern wissen sollten. Dazu haben wir speziell ein E-Learning-Programm entwickelt, das nicht nur anhand von Videos den Eltern zeigt, wie Babys das machen, sondern auch alle nötigen Informatio-

nen vermittelt, um am Tag eins nach der Geburt ihr Neugeborenes abzuhalten. Ausserdem ist es sehr berührend, zu sehen, wie ein Frischgeborenes das macht. Nicht selten brechen Anwesende dabei in Tränen aus.



Rita Messmer

Entwicklungspädagogin, Autorin, Craniosacral- und Baby-Therapeutin und Gründerin der EPM-Schule: www.epm-paedagogik.ch

Im Ratgeber behandeln Fachexperten und Fachexpertinnen vielfältige Fragen aus den Themenbereichen Gesundheit, Recht, Stil, Beziehungen, Erziehung, Geld und Daheim.

gekommen waren. Das setzt eine kluge und langfristige Planung voraus. Und dass der hinterhältige König Herodes trotz salbungsvoller Worte gefährlich war, bemerkten sie gleich.

Diesen Mut, diese Zuversicht und dieses Gottvertrauen wünsche ich uns im neuen Jahr. Lasst uns im kommenden Jahr unsere ganz persönlichen Friedensprojekte für 2024 verfolgen, sei es Frieden mit uns selbst, mit dem Näch-

Zu Erdrutschen in Schwarzsee

Ein Leserbrief zum Artikel «Grosse Nässe führt zu Erdrutschen an den Hängen in Schwarzsee», FN vom 27. Dezember

In den letzten Wochen bewegte sich auch das Gelände in Les Recardets und in Plasselb. Teile von neuen, teuren Strassen wurden durch Steinbrüche und Rutschungen zerstört. Mit dem Klimawandel und den Niederschlägen verändern sich die Naturgesetze. Dies ist nicht abzustreiten. Nach diesen Erkenntnissen sind viele Projekte gefährdet und müssen überprüft werden. Eine neue Strasse ist auch auf dem Ättenberg in Schwarzsee geplant, und hohe Kosten fallen an. Auch für die Liegenschaftsbesitzer wird es teuer!

Die grosse Frage ist, ob es wirklich auf der ganzen Länge eine neue Strasse braucht? Ein Punkt ist auch der Unterhalt der Strasse, die bis heute grosse Mängel aufweist und in Zukunft besser gepflegt werden muss. Nach Unwettern benötigen bestimmte Ab-

schnitte eine regelmässige Pflege: Schächte müssen von Steinen, Erde, Sand, Blättern, Ästen etc. befreit werden, damit das Wasser ablaufen kann. Eine für die Alpwirtschaft gut zugängliche Strasse ist nötig, und Schwachstellen sind ersichtlich und müssen saniert werden. Aber wie hoch wird die Rechnung am Ende? Nicht zu unterschätzen ist der zunehmende Verkehr von Autos, Motorrädern, Velos und auch Campern, die zu jeder Jahreszeit auf den Berg fahren, um die schöne Aussicht zu geniessen oder sogar dort zu übernachten – dies natürlich auch aus dem Grund, dass man die Ättenbergstrasse benutzen kann, ohne jegliche Gebühren zahlen zu müssen.

Die Natur rumpelt und rächt sich mit Gewalt. Liegenschaftsbesitzer und Einheimische kennen das Gebiet mit ihren Schwachstellen gut und sollten sich äussern können. Das Planungsbüro und die Gemeinde sind für die neue Strasse gefordert.

Stéphane Zeller, Cressier

Neues Spital ist wichtig

Eine Stellungnahme zum Leserbrief «Ist der Grössenwahn in Freiburg ausgebrochen?», FN vom 5. Januar

Als ehemalige HFR-Mitarbeitende und Bürgerin des Kantons Freiburg finde ich es sehr wichtig, dass wir in Freiburg ein neues Spital für Akutmedizin bauen. Das jetzige Gebäude ist eine ständige Baustelle; immer muss etwas saniert werden, damit es auf einem kompetitiven Stand zu anderen Spitälern bleibt. Zudem ist Renovieren sehr kostenintensiv und bleibt ein «Flickwerk». Gemäss Strategie des HFR werden Tafers, Meyriez und Riaz nicht abgebaut, sondern zu Gesundheitszentren umfunktioniert. Das heisst, die operierten Patienten werden, falls nötig, zur Rehabilitation an eines dieser Zentren überwiesen. Aber auch die Permanence, Spezialistinnen und Spezialisten für ambulante Konsultationen sowie andere Gesundheitspartner sind dort angesiedelt. Eine neue Infrastruktur ist

unerlässlich, damit effiziente Arbeitsabläufe entsprechend den heutigen Anforderungen möglich sind. Dies hat unter anderem einen positiven Einfluss auf die Kostenentwicklung pro Eingriff respektive Behandlung, und in einem solchen Umfeld lässt sich viel einfacher gut qualifiziertes Ärzte- und Pflegepersonal rekrutieren. Es ist wichtig, dass das HFR seinen Stellenwert als Ausbilderin von angehenden Ärztinnen und Ärzten behält, sich als Standort zwischen Bern und Lausanne positionieren sowie den Freiburgerinnen und Freiburgern im eigenen Kanton beste medizinische Versorgung gewährleisten kann. Dank einer modernen Infrastruktur erhöhen sich zudem die Chancen, dass sich vermehrt Hausärztinnen und -ärzte im Kanton Freiburg niederlassen werden. Zu guter Letzt hinterlassen wir unseren Nachkommen durch diesen Schritt eine intakte und zeitgemässe medizinische Infrastruktur.

Ingrid Löttscher Egger, Tafers

Moment mal

Drei Könige, der Friedensfürst und der Betrogene

Als Kind habe ich den royalen Brauch des Dreikönigskuchens geliebt. Wer auf das Figürchen biss, durfte eine Krone tragen, befehlen und regieren – und die Geschwister konnten sich etwas in Frustrationstoleranz üben. Das war insofern kein Problem, weil im nächsten Jahr der Zufall wieder jemand anderes krönte – meistens jedenfalls.

Aber die Glücksgöttin Fortuna ist blind, das wurde mir zu Beginn meiner Ehe schmerz-

lich klar: Sage und schreibe fünf Jahre in Folge zog meine Frau die weisse Queen aus ihrem Brötchen. Und jedes Mal wurde ihr triumphierendes Lächeln breiter, wenn sie sich die Krone aufsetzte. Ich hätte schon früher misstrauisch werden müssen.

Doch das gefällt mir an den Drei Königen: Sie vertrauten sich und der Welt. Sie hatten ihre gemeinsame, reichlich gewagte Vision eines Besuchs beim neuen Friedensfürsten.

Obwohl sie nicht wussten, was sie vorfinden würden, machten sie sich auf den Weg. Wie oft scheitern verheissungsvolle Projekte, weil es an Gott- und Selbstvertrauen fehlt. Grosses zu wagen und seinem Stern zu folgen, braucht Mut und Überwindung.

Die drei Sterndeuter handelten weder naiv noch überstürzt: Immerhin schafften sie den unsicheren Weg durch die Wüste, ohne dass ihnen die kostbaren Gaben abhand-

ten oder mit Gott. Vielleicht geht es uns dann wie den Königen: Als sie ihr Ziel erreichten und den Stern über dem Ort sahen, an dem das Kind war, hatten sie richtig Freude.

Apropos Frieden: Eines Tages entdeckte ich ein seltsames Küchengerät. Es war ein Korken, aus dem wie bei einem Igel viele Nadeln ragten. Meine Frau meinte schelmisch: «Das, verehrter Göttergatte, ist ein typischer Dreikö-

nigskuchentester ...» Na warte!



Gregor Emmenegger ist Titularprofessor an der Universität Freiburg, er lehrt Patristik und Alte Kirchengeschichte.