

## Warum nuckeln Babies?

Alle Neugeborenen haben einen angeborenen Saugreflex, ein Saugbedürfnis. Dieses dient

- zur Nahrungsaufnahme (sichert also das Überleben)
- dem Stressabbau/der Selbstregulation und
- dem Lustgewinn (beruhigende Wirkung).

⇒ Manche Babys, wenn sie gestillt werden, befriedigen ihr Saugbedürfnis bei der Nahrungsaufnahme, sie haben kein darüber hinausgehendes Saugbedürfnis, d.h. sie brauchen keinen Schnuller.

⇒ Babys, die ein darüber hinaus gehendes Saugbedürfnis haben, brauchen ein Übergangsobjekt. Das kann ein Schnuller sein.

Hebammen empfehlen den Einsatz eines Schnullers frühestens nach 4 bis 6 Wochen, um das Risiko von Saugproblemen zu minimieren. Das Saugen soll möglichst an der Brust ausgeübt werden, weil hier die besten Bedingungen herrschen. Das gilt vor allem, wenn der Milchfluss nicht optimal ist, weil durch das Saugen die Milchbildung angeregt wird. Außerdem erfüllt das Saugen damit seinen ureigenen Zweck, die Nahrungsaufnahme. Wenn das Stillen nicht möglich ist, sollte mit einer Falsche mit einem Weithalssauger verwendet werden. Der Umgang mit der Flasche sollte dem Stillen entsprechen.

Babys mit größerem Saugbedürfnis brauchen ein **Übergangsobjekt**. Das kann ein Schnuller sein, aber es geht auch anders.

Der Begriff „Übergangsobjekt“ kommt aus der Entwicklungspsychologie. Ein Übergangsobjekt ersetzt die Mutter, es ist Bindungsersatz. Eigenschaften der Mutter werden auf das Übergangsobjekt übertragen. So ist z.B. der bestimmte Geruch („riecht nach Mama“) eine wichtige Eigenschaft. Wenn der Schnuller als Übergangsobjekt gedient hat, hinterlässt er beim Entwöhnen ein Vakuum, das gefüllt werden muss. Dazu können Eltern in den Situationen, in denen das Kind den Bedarf signalisiert (Müdigkeit, Einschlafen, Trauer, Krankheit usw.) andere angemessene Objekte anbieten. Das Kind wählt dann selbst ein Übergangsobjekt aus. Das kann ein Gegenstand sein, eine Fantasiefigur oder etwas Abstraktes. Abstrakte Objekte sind z.B. Musik, Worte oder imaginäre Märchenfiguren. Die meisten Kinder wünschen sich ein Kuscheltier.

## Tipps für Eltern von Kindern, die einen Schnuller haben

### Stufen für den Gebrauch des Schnullers

...damit aus dem Saugbedürfnis kein Habit/keine schlechte Angewohnheit wird:

#### Stufe 1

Nach 4-6 Wochen bis zum Ende des ersten Lebensjahr wie ein Medikament einsetzen: intelligent und verantwortungsbewusst (*siehe beigefügte Datei zum Schnuller von Frau Furtenbach*).

Ein Medikament wendet man nur an, wenn es indiziert (angezeigt ist), achtet auf mögliche Nebenwirkungen und hält sich an die Empfehlungen zu Dosierung und Therapiedauer. Auf den Schnuller übertragen, sollten folgende Fragen beantwortet werden:

- Ist der Schnuller jetzt das richtige Mittel?
- Wie lange soll er in der momentanen Situation gegeben werden?
- Wann soll das Kind vom Schnuller entwöhnt werden?
- Besteht die Gefahr unerwünschter Wirkungen, z.B. auf Zähne und Sprachentwicklung?

*Hintergrund:* Die Funktionsmuster für das Abbeißen und das Kauen entwickeln sich über das Saugen an der Brust. Etwa ab dem 4. Lebensmonat wird das Bedürfnis zur Exploration (Erkundung) der Umgebung bestimmend. Das Explorieren ist die Grundlage für die Entwicklung der Sensomotorik und soll ausgeübt bzw. gefördert werden (*siehe Kapitel 8, Furtenbach*). Unter Sensomotorik versteht man die Steuerung und Kontrolle der Bewegungen (Motorik) im Zusammenspiel mit Sinnesrückmeldungen (Sensorik). Das bedeutet, dass sich die Saugzeiten am Schnuller, besser die Lutschzeiten sich auf wenige Minuten pro Mahlzeit verkürzen. Die Zeiten für das Saugbedürfnis reduzieren sich auf Kosten der Weiterentwicklung zum Explorationsbedürfnis, woraus sich das Kaubedürfnis entwickelt. Dafür benötigt der Mundraum ein geeignetes Reizangebot. Die Nahrungsaufnahme mit den Fingern unterstützt z.B. diese Reifung der Funktionen optimal und bewirkt wiederum eine Reduktion der Lutschzeiten. Mit wachsender sensomotorischer Reifung entwickelt sich beim Kind schließlich das Bedürfnis, sich mitzuteilen und Kontakt aufzunehmen, d.h. zu sprechen.

## Stufe 2

Während sich im ersten Lebensjahr die Muskelfunktionsmuster für das Abbeißen und Kauen entwickeln, nimmt gegenläufig dazu das Saugbedürfnis der Kinder ab. Eltern sollten daher den Schnuller weiterhin möglichst wenig geben, damit sich die anderen Bedürfnisse ungehindert entwickeln können. Beispiele für Schnullermomente: wenn das Kind müde ist, einschlafen will oder sich verletzt hat. Nach dem Einschlafen sollte der Schnuller herausgezogen werden. Sprechen, Spielen oder Spaziergehen finden am besten ohne Schnuller statt. Lassen Sie Schnuller nicht sichtbar herumliegen und verringern Sie die Anzahl. Wenn Kinder anfangen, auf dem Schnuller zu kauen, brauchen sie feste Nahrung.

*Wichtig! Der Schnullerbedarf reduziert sich dadurch, dass die anderen Bedürfnisse beachtet und gefördert werden.*

## Stufe 3

Der Schnuller wird entsorgt, am besten sobald das Kind anfängt zu sprechen und zu kauen, spätestens jedoch rund um den 2. Geburtstag. Sonst wird aus der falschen Zungenruhelage und dem unphysiologischen Schlucken ein stabiles Muster, welches nur durch Therapie beseitigt werden kann. Studien zeigen, dass 95% aller offenen Bisse oder lateralen Kreuzbisse spontan ausheilen, wenn dieser Zeitpunkt eingehalten wird. Noch wichtiger ist die Beobachtung in Studien, dass ein bis zwei Drittel der Kinder ohne Schnuller auskommen und diese keine offenen Bisse entwickeln.

## Tipps für Eltern, wie sie den Schnuller entwöhnen können

Schnullerabschiedsparty, Schnuller beim Zahnarzt abgeben, gegen ein Geschenk tauschen, Schnuller stetig einkürzen, Schnuller im Mixer zerkleinern, Schnullerbuch, Schnullerfee, Schnullerbaum (Ritual mit Hilfe der Kita einführen), Schnuller zur Post bringen, Schnuller einem Baby schenken, Schnuller dem Osterhasen abgeben, eine überzeugende Geschichte erzählen, gegen einen Stoppi oder eine Mundvorhofplatte tauschen.....

Weitere Tipps und schöne Geschichten sind unter [www.jugendzahnpflege.hzn.de](http://www.jugendzahnpflege.hzn.de) zu finden.

**Achtung der Schnuller hängt an den Eltern, d.h. alles das funktioniert nur, wenn beide Eltern fest entschlossen sind, „das Ding durchzuziehen“.**