

Viele Neugeborene und Frühgeborene leiden noch einige Wochen zu Hause unter Bauchproblemen, v.a. Blähungen. Darüber hinaus kommt es bei Frühgeborenen sehr häufig zu Pressen und „Drucksen“. Sie kennen das schon aus der Zeit in der Neonatologie. Insbesondere in den Abendstunden und nachts kann dieses Pressen/ Drucksen sehr intensiv und als beunruhigend wahrgenommen werden, da die Kinder immer wieder aus dem Schlaf heraus weinen. Sie können diese Zustände für Ihr Kind erträglicher machen, indem Sie es auf den Arm nehmen, das Bäuchlein streicheln und massieren, gegebenenfalls schaukeln - kurzum, Ihrem Kind das Gefühl geben, dass Sie da sind und es nicht alleine ist.

Wir empfehlen die Vervollständigung der von der STIKO empfohlenen Impfungen. Falls ein Schutz vor RSV-Infektionen bei ihrem Kind nach den aktuellen Leitlinien empfohlen ist, werden wir Sie während des stationären Aufenthalts ansprechen.

Um ihre Entwicklung zu beurteilen, bekommen kleine Frühgeborene im Alter von korrigiert 4 Monaten einen Vorstellungstermin in der Neo- Ambulanz. Sollte diese Untersuchung bei Ihrem Kind empfohlen sein, werden wir einen Termin für Ihr Kind vereinbaren. Alle weiteren entwicklungsneurologischen Vorstellungen werden dann dort mit Ihnen besprochen.

Bei kleinen Frühgeborenen werden in der Klinik regelmäßige augenärztliche Untersuchungen durchgeführt. Wenn die Kontrollen nach Entlassung weitergeführt werden müssen, erhalten Sie von uns einen ambulanten Termin in der Augenklinik. Damit Sie und Ihr Kind zu Hause gut begleitet und unterstützt werden, gibt es in vielen Fällen die Möglichkeit, weiterführende Hilfen zu organisieren.

Im Rahmen der sozialmedizinischen Nachsorge können Sie in den ersten drei Monaten nach der Entlassung durch eine Fachkraft begleitet und in allen Fragen, die auftauchen, unterstützt werden. Sollte Ihr Kind mit einem erhöhten Pflegeaufwand entlassen werden, gibt es die Möglichkeit, dass Sie ein häuslicher Pflegedienst stundenweise unterstützt und entlastet. Zusätzlich bieten wir sozialrechtliche Beratung an, in der sie über mögliche finanzielle Hilfen für die häusliche Pflege informiert werden.

Nach der anstrengenden und herausfordernden Zeit in der Neonatologie kann es für alle Eltern hilfreich sein, sich über Hilfsangebote im jeweiligen Landkreis zu informieren. Diese bieten die „Frühen Hilfen“ für alle Eltern mit Kindern bis 3 Jahren an (<https://www.elternsein.info>).

Bei Unklarheiten oder auftretenden Erkrankungen wenden Sie sich bitte primär an Ihren Kinderarzt. Außerhalb der Praxiszeiten können Sie sich in dringenden Fällen auch an die Notfallsprechstunde in der Kinderklinik (Klinik für Kinder- und Jugendmedizin, Universitätsklinikum Tübingen, Hoppe-Seyler-Str. 1, 72076 Tübingen) wenden.

### Wichtige Telefonnummer/Kontakte

#### **Stillberaterinnen:**

[stillberatung.neonatalogie@med.uni-tuebingen.de](mailto:stillberatung.neonatalogie@med.uni-tuebingen.de)

#### **Neonatologische Ambulanz/Nachsorge:**

<https://www.medizin.uni-tuebingen.de/de/das-klinikum/einrichtungen/kliniken/kinderklinik/ambulanz/neonatologische-ambulanz>  
07071 29-85135 oder -80895 (Montag-Freitag 8:00-12:30 Uhr)

#### **Sozialrechtliche Beratung**

Ute Mülder: [ute.muelder@med.uni-tuebingen.de](mailto:ute.muelder@med.uni-tuebingen.de)

#### **Station 51 - Intensivstation für Früh- und Neugeborene (Neo 3):**

Telefon: 07071 29-83819

#### **Elternvereine:**

Tübingen: Lichtblick e.V.: [www.lichtblick-tuebingen.de](http://www.lichtblick-tuebingen.de)  
Deutschlandweit: Bundesverband „Das frühgeborene Kind“ e.V., [www.fruehgeborene.de](http://www.fruehgeborene.de)

#### **Impressum**

**Bildnachweis**  
Verena Müller

© 2024 Universitätsklinikum Tübingen

[www.medizin.uni-tuebingen.de](http://www.medizin.uni-tuebingen.de)

## Entlassung aus der Neonatologie

Wir freuen uns, dass Ihr Kind bald nach Hause entlassen werden kann. Diese Broschüre soll Ihnen Anregungen für die erste Zeit zu Hause geben und Unterstützung bei auftretenden Fragen sein.



## Vor der Entlassung:

Ihr Kind kann entlassen werden, wenn es seine Körpertemperatur halten kann, ausreichend trinkt und dabei an Gewicht zunimmt. Atmung und Puls müssen stabil sein.

Sie sollten einige Tage vor der Entlassung Kontakt mit Ihrem Kinderarzt/ Ihrer Kinderärztin aufnehmen, um einen Vorstellungstermin zu vereinbaren.

Um die Entwicklung Ihres Kindes beurteilen zu können, wird sich Ihre Kinderärztin/ Ihr Kinderarzt an seinem „korrigierten“ Alter orientieren. Das ist das Alter, das Ihr Kind hätte, wenn es zum errechneten Termin (nach 40 Wochen) auf die Welt gekommen wäre.

Unsere Stillberaterinnen stehen Ihnen für Fragen zum Abpumpen der Muttermilch/ Stillen gerne zu Verfügung. Sie erreichen diese unter 07071 2984790 oder [stillberatung.neonatalogie@med.uni-tuebingen.de](mailto:stillberatung.neonatalogie@med.uni-tuebingen.de).

Wir empfehlen Ihnen eine ambulante Hebammenbetreuung für die erste Zeit zu Hause. Eine Liste mit den Hebammen in Ihrem Umkreis finden Sie hier: <http://www.gkv-spitzenverband.de/service/hebammenliste/hebammenliste.jsp>.

Bei der Entlassung bekommen Sie Rezepte für die Medikamente Ihres Kindes. Wir empfehlen die Fortführung der Fluor-Vitamin-D-Prophylaxe und bei Frühgeborenen der Eisensubstitution im ersten Lebensjahr (Vitamin D sogar für den nachfolgenden (2.) Winter und Fluorid nur bis zur Einführung des Zähneputzens mit einer Fluorid-haltigen Zahncreme). Sie erhalten das erste Rezept von uns, alle weiteren von Ihrer Kinderärztin/Ihrem Kinderarzt. Sollte ihr Kind nach der Entlassung Physiotherapie oder Logopädie benötigen, besprechen wir das rechtzeitig mit Ihnen.

Die Neonatologie Tübingen bietet regelmäßig Notfalltrainings für Eltern an, in denen Sie die Grundlagen der Wiederbelebung üben können. Bei Interesse melden Sie sich unter: [neotelternretraining@med.uni-tuebingen.de](mailto:neotelternretraining@med.uni-tuebingen.de) an.

Am Ende des stationären Aufenthalts haben Sie in der Regel die Möglichkeit, einige Nächte zusammen mit Ihrem Kind in einem unserer Familienzimmer zu verbringen. Dort versorgen Sie Ihr Kind in einem geschützten Rahmen selbständig, können bei Fragen aber noch auf unser Personal zurückgreifen.

Für den Transport nach Hause benötigen Sie eine Babyschale und Kleidung für Ihr Kind.

## Die erste Zeit zu Hause:

Sie werden in der Einschätzung Ihres Kindes schnell sicher. Wenn Ihr Kind Ihrer Meinung nach in den ersten Wochen nach Entlassung plötzlich krank wird, z.B. schlapp ist oder sich steif macht, schlechter trinkt, angestrengt atmet oder anders aussieht als sonst (blasse/graue Hautfarbe), suchen Sie bitte umgehend Ihren Kinderarzt/Ihre Kinderärztin oder eine Kinderklinik auf. Es kann sich dabei um eine Infektion handeln, die gegebenenfalls rasch behandelt werden muss. Ihr Kind braucht dabei kein Fieber zu haben, es könnte sogar eine zu niedrige Körpertemperatur (weniger als 36,5 °C) gemessen werden.



Für die Ernährung nach Entlassung empfehlen wir eine individuell angepasste Nahrung, die ein Gedeihen entlang der normalen Wachstumskurven (perzentilenparallel) sicherstellt. Viele der sehr kleinen Frühgeborene benötigen eine Muttermilchanreicherung, beispielsweise mit FM85 oder FMS. Falls die Muttermilchmenge nicht ausreicht, gibt es Frühgeborenen-Flaschnahrung. Am ursprünglich errechneten Geburtstermin können Sie sich gerne telefonisch in der neonatologischen Ambulanz (Tel: 07071 2985135) mit einem aktuellen Gewicht ihres Kindes melden. Dann können wir anhand des individuellen Trinkverhaltens und des Gewichtsverlaufs entscheiden, ob eine weitere Anreicherung der Muttermilch noch nötig bzw. eine Umstellung der Frühgeborennahrung auf eine Pre-Nahrung möglich ist. Die Einführung von Beikost empfehlen wir frühestens ab dem korrigierten Alter von 4 Monaten.

Bei Fragen zum Weiterführen des Stillens zu Hause und dem Weg zum Vollstillen wenden Sie sich gerne vor der Entlassung an die Stillberaterinnen.

Damit Ihr Kind zu Hause sicher schläft, beachten Sie bitte folgende Empfehlungen:

- Legen Sie Ihr Kind zum Schlafen ausschließlich auf den Rücken.
- Legen Sie Ihr Kind zum Schlafen in einen Schlafsack. Benutzen Sie keine Kissen, Bettumrandungen oder größere Kuscheltiere.
- Wickeln Sie Ihr Kind zum Schlafen nicht fest ein.
- Lassen Sie Ihr Kind bei Ihnen im Zimmer, aber in seinem eigenen Bett schlafen. Benutzen Sie dabei eine feste und horizontale (d.h. keine schräge) Unterlage.
- Vermeiden Sie Überwärmung:

Während der Nacht ist eine Raumtemperatur von 18°C optimal. Da das im Sommer kaum erreichbar ist, ist dann eine entsprechend leichtere Bekleidung zu wählen. Im Zweifelsfall fühlen Sie zwischen den Schulterblättern, ob sich die Haut warm, aber nicht verschwitzt anfühlt, dann ist es Ihrem Kind weder zu warm noch zu kalt.

- Sorgen Sie für eine rauchfreie Umgebung.

Der Schnuller hat bei Säuglingen, die daran gewöhnt sind, beim Einschlafen einen schützenden Effekt gegen den plötzlichen Kindstod (SIDS) (kein Zwang; d. h. z. B. keine Re-Platzierung des Schnullers beim schlafenden Kind). Insbesondere bei nicht gestillten Kindern sollte er daher großzügig zu jedem Schlaf angeboten werden.

Um einer lagerungsbedingten Schädeldeformität (Plagiocephalus) vorzubeugen, ist es wichtig, dass Sie von verschiedenen Seiten Kontakt zu Ihrem Kind aufnehmen, und dass Sie es im Kinderbett wechselnd zum Raum orientieren. Hier ist auch eine mehrmals tägliche Bauchlagerung des wachen Säuglings unter Beobachtung hilfreich und für die Förderung der motorischen Entwicklung sinnvoll.

Die Stuhlausscheidung von Säuglingen ist ab dem 1.-2. Lebensmonat sehr individuell. Manche Kinder, die mit Muttermilch ernährt werden, haben mehrmals täglich Stuhlgang, andere nur nach mehreren Tagen. Bitte vermeiden Sie Manipulationen durch tägliches rektales Temperaturmessen. Auch die Verwendung von Kümmelzäpfchen sollte, wenn überhaupt nur, selten erfolgen.