

ELTERN FAMILY bietet Ihnen einen besonderen Service: Stellen Sie Ihre Fragen rund um die Gesundheit Ihres Kindes an die Redaktion, ein Kinderarzt wird so rasch wie möglich antworten. Anschrift: ELTERN FAMILY, „Kinderarzt“, Weihenstephaner Str. 7, 81673 München. Oder: elternfamily@muc.guj.de, Stichwort „Kinderarzt“

FRAGEN SIE DEN KINDERARZT

Immer wieder schwindelig

Unser Sohn Mats ist neun Jahre alt und hat immer wieder schlimme Schwindelanfälle, besonders morgens nach dem Aufstehen, beim Autofahren und erst recht beim Schaukeln. Wir waren mit Mats deshalb schon in einer HNO-Klinik und bei einigen Spezialisten, u. a. für Neurologie. Nie haben die Untersuchungen etwas Konkretes ergeben. Eine homöopathische Behandlung verlief auch erfolglos. Was können wir noch tun?

Schwindelgefühle können sehr viele Ursachen haben: Kreislaufprobleme, veränderte Blutgefäße, Herzrhythmusstörungen, auch Krankheiten der Schilddrüse und des Gleichgewichtsorgans, Neubildungen im Gehirn oder Infektionen wie die durch Zeckenbiss übertragene Borreliose. Bei Ihrem Sohn scheint all dies gründlich abgeklärt und ausgeschlossen worden zu sein.

Ich empfehle Ihnen daher, sich an die erst Anfang dieses Jahres in München eröffnete „Schwindelambulanz“ am Integrierten Forschungs- und Behandlungszentrum für Schwindel, Gleichgewichts- und Augenbewegungsstörungen zu wenden. Diese Ambulanz ist eine weltweit einzigartige Anlaufstelle mit einer Spezialsprechstunde für Kinder. Ich bin fest davon überzeugt, dass Ihrem Mats dort geholfen werden kann!

Einen Termin können Sie vereinbaren unter 089 70 95-66 76. Erste Informationen finden Sie auf dieser Internetseite:

www.schwindelambulanz-muenchen.de

Einlagen tragen oder barfuß laufen?

Bei unserer siebenjährigen Tochter Irina ist ein Knick-Senk-Spreizfuß festgestellt worden. Der Orthopäde hat ihr Einlagen verschrieben. Irina sollte die Einlagen am besten immer tragen, hieß es. Aber sie soll auch viel barfuß laufen. Wir fragen uns: Was ist denn nun wichtiger: die Einlagen tragen oder barfuß unterwegs sein? Und wie soll das mit dem Barfußlaufen im Herbst und im Winter gehen?

Knick-Senk-Spreizfüße sind bei zwei- bis zehnjährigen Kindern sehr verbreitet. Das kommt daher, dass die Unterschenkel entwicklungsbedingt noch nach innen gedreht sind und dass das Fußgewölbe noch nicht sehr muskulös ist. Wenn keine Fehlstellung im Fußgelenk festzustellen ist – das hat der Kinderarzt bei den Vorsorgeuntersuchungen geprüft –, ist meistens keine Behandlung nötig. Herkömmliche Einlagen sollen vor allem das Gangbild verbessern, also u. a. die Fußstellung und das Abrollen. Solche Einlagen entlasten die Muskulatur, aber das ist ungünstig



**Alle Antworten von Dr. Thomas Hoek,
Facharzt für Kinder- und Jugendmedizin,
Hamburg**

für eine gesunde Fußentwicklung. Fragen Sie Ihren Orthopäden nach propriorezeptiven Einlagen. Diese stimulieren und kräftigen die Muskulatur des Fußgewölbes.

Ansonsten ist Barfußlaufen tatsächlich die beste Therapie. Zu Hause sollten die Kinder in Rutschesocken oder Ledermokassins unterwegs sein. Wenn Sie für Irina Schuhe kaufen, achten Sie bitte immer auf weiche, elastische Sohlen.

Dauer-Räuspern im Stress

Unser Sohn Ben, 5, geht seit September in die Vorschule. Seit ungefähr einem Monat räuspert er sich fast ständig. Laut Kinderarzt ist mit Bens Rachen und Bronchien alles in Ordnung. Der Arzt meint, wir sollten einfach abwarten und Ben möglichst nicht auf seine Räusperei ansprechen. Wenn wir ihn ermahnen, wird es nämlich besonders schlimm. Ich mache mir aber trotzdem Sorgen wegen dieser „Macke“.

Ben scheint einen sogenannten Räuspertic zu haben. Bei sensiblen Jungen im Vorschul- und frühen Schulalter ist er recht häufig. Mädchen sind deutlich seltener betroffen. Hinter einem Tic steckt eine veränderte Regulation der Botenstoffe in be-

stimmten Hirnregionen. Das führt zu einer Art Überempfindlichkeit, die fast immer völlig harmlos und vorübergehend ist. Meistens tritt der Tic zum ersten Mal auf, wenn ein Kind sich gestresst fühlt. Der Eintritt in die Vorschule verändert die seelische Situation eines Kindes und kann so zum Auslösemoment für einen Tic werden.

Fragen Sie behutsam nach, ob Ben Probleme in der Vorschule hat. Vielleicht fühlt er sich nicht wohl, weil er schwer Anschluss findet, weil ihm die Vorschulerzieherin nicht behagt oder weil er Angst hat, die neuen Anforderungen nicht zu erfüllen?

Wichtig ist jetzt tatsächlich, Ihr Kind nicht auf den Tic anzusprechen. Das ist zwar manchmal schwer durchzuhalten, weil Tics ziemlich nerven können, aber Ansprechen macht die Sache immer schlimmer.

Jeder Versuch, den Tic zu unterdrücken, führt zu noch mehr Stressgefühlen – ein wahrer Teufelskreis. Zeigen Sie Ihrem Kind jetzt immer wieder, dass es sich bei Ihnen sicher und geborgen fühlen kann. Und schirmen Sie Ben möglichst von zusätzlichem Stress ab.

In den allermeisten Fällen verschwindet der Tic nach einigen Monaten von selbst. Passiert das nicht, kann ein Kinder- und Jugendpsychiater ein Medikament verschreiben, das die Botenstoffe wieder in eine Balance bringt. ■