

# GEBRAUCHSINFORMATION FÜR ELTERN ZUM THEMA SCHNULLER

## **Braucht mein Baby einen Schnuller?**

Nicht jedes Baby braucht einen Schnuller. Entscheiden Sie gemeinsam mit Ihrer Hebamme oder Ihrem Kinderarzt, ob für Ihr Baby der Schnuller ein sinnvolles Hilfsmittel ist. Drängen Sie den Schnuller nicht auf, wenn Ihr Baby ihn verweigert oder ausspuckt.

## **Welcher Schnuller richtet den geringsten Schaden an?**

Der Schaft des Schnullers sollte dünn sein, damit der Zusammenbiss möglichst wenig gesperrt wird und die Schneidezähne nicht am Wachsen gehindert werden, wodurch sich in der Folge ein offener Biss entwickelt (Positivbeispiele Dentistar, MAM perfect). Die beim Dentistar eingearbeitete Dentalstufe ermöglicht eine maximale Annäherung der Ober- und Unterkieferfrontzähne. Das Lutschteil sollte klein und raumsparend sein, damit die Zunge möglichst wenig in ihrer Funktion ein-geschränkt wird. Eine möglichst flache, quer-ovale Form nimmt der Zunge am wenigsten Raum. Ein nach oben abgewinkeltes Lutschteil wie beim Dentistar führt die Zunge zumindest im hinteren Mundraum nach oben. Zu enge oder kleine Oberkiefer entstehen meist schon sehr früh (bis zum 18. Lebensmonat), wenn das Lutschteil den Gaumen regelmäßig über viele Stunden füllt und dadurch die Zunge in den Unterkiefer abdrängt. Das Lutschteil muss flexibel und beweglich sein. Schnuller aus Latex sind weicher als Schnuller aus Silikon. Der Schnuller muss zudem leicht sein. Ein schwerer Schnuller überfordert die Lippen- und Zungenmuskulatur. Eine Kette zum Halten des Schnullers erhöht das Gewicht. Der Schnuller muss nicht mitwachsen, denn der kindliche Kiefer wird von Geburt bis ins Wechselgebiss nur 1,5 mm breiter. Das Kieferwachstum findet in der Länge statt: Jeder hinzukommende Zahn verlängert den Kiefer nach hinten. Deswegen bleiben Sie immer bei der kleinsten Schnullergröße. Das erleichtert auch das rechtzeitige Abgewöhnen. Der Dentistar 1 (ohne Zähne), 2 (mit Frontzähnen) und 3 (mit Seitenzähnen) ist genau diesem Wachstum angepasst. „Schnullerdreher“ benötigen symmetrische Schnuller mit den oben genannten Kriterien, hier ist der Dentistar kontraproduktiv.

## **Was müssen wir bei der Anwendung beachten?**

Bieten Sie den Schnuller erst nach der 4. bis 6. Lebenswoche an, um Stillprobleme zu vermeiden. Setzen Sie den Schnuller wie ein Medikament gezielt und nur kurzfristig ein: so viel wie nötig, so wenig wie möglich. Stellen Sie sich bei jedem Gebrauch folgende Fragen: Ist in dieser Situation der Schnuller das richtige Mittel? Welche Bedürfnisse hat mein Baby? Ist es z. B. müde, hat es Durst, Hunger, Furcht, Langeweile oder Blähungen?

Bieten Sie Alternativen an: Beschäftigung, Körperkontakt, Kuschtier. Erst wenn Zeit, Zärtlichkeit und Zuwendung erfüllt sind und das Kind trotzdem nicht zur Ruhe kommt, braucht es einen Schnuller. Wie lange braucht mein Kind in der momentanen Situation den Schnuller? Ziehen Sie den Schnuller nach dem Einschlafen heraus. Beim Sprechen, Spielen oder Spaziergehen braucht es keinen Schnuller; er stört sogar die Kommunikation und Wahrnehmung und kann damit die kindliche Entwicklung behindern. Hat der Schnuller mögliche Nebenwirkungen auf Sprachentwicklung und Zähne? Achten Sie auf regelmäßige Zahnarztbesuche ab dem ersten Zahn. Fragen Sie Ihren Zahnarzt, ob bei Ihrem Kind Zahn- und Kieferfehlstellungen vorhanden sind.

## **Wann und wie sollen wir den Schnuller absetzen bzw. entwöhnen?**

Der Schnuller wird abgesetzt, sobald das Kind anfängt, zu sprechen und zu kauen, spätestens jedoch rund um den 2. Geburtstag. Andernfalls besteht die Gefahr, dass aus der falschen Ruhelage, in die die Zunge durch den Schnuller gezwungen wird, und dem unphysiologischen Schluckverhalten stabile Muster werden, die nur durch aufwendige Therapie (kieferorthopädische, logopädische und physiotherapeutische Therapie in Kombination) überwunden werden können. Untersuchungen von Dr. Klaus Dürr zeigen, dass 95 % aller offenen Bisse oder seitlichen Kreuzbisse spontan – meist innerhalb weniger Wochen – ausheilen, wenn dieser Zeitpunkt eingehalten wird bzw. wenn das Zeitfenster der Entwicklung noch offen ist. Diese Chance sollten Sie als Eltern nutzen, denn dann hat der intelligente Gebrauch des Schnullers keinen langfristigen Schaden bei Ihrem Kind hinterlassen.

## **Konkrete Tipps sind:**

- Der Schnullerbedarf reduziert sich von ganz allein, wenn die anderen Bedürfnisse beachtet und gefördert werden.
- Der Abbau des Saugbedürfnisses erfolgt gegenläufig zum Aufbau des Kauens. Lassen Sie ihr Kind häufig kauen. Mit jedem Stückchen Brot, Obst usw. lernt Ihr Kind zudem die Vielfalt an Form, Geschmack, Geruch und Konsistenz in seinem Mund kennen: Kinder erfahren die Welt über ihren Mund.
- Lassen Sie Schnuller nicht sichtbar herumliegen und verringern Sie die Anzahl der Schnuller.
- Geben Sie den Schnuller nur noch, wenn Ihr Kind ausdrücklich danach verlangt.

**Welchen Grund gibt es für mein Kind, den Schnuller abzugeben?** Für Ihr Kind gibt es nur eine Motivation: Es will wachsen und groß werden.

- Suchen Sie sich Unterstützung bei der Schnullerentwöhnung (z. B. Familie, Freunde, Erzieherinnen, Zahnarzt oder Kinderarzt).
- Der erste Versuch „der Entsorgung“ sollte gelingen. Misslingt er aus Mangel an Konsequenz, ist der zweite Versuch doppelt so schwierig. Lieber warten, wenn Sie als Eltern noch unsicher sind, ob der jetzige Zeitpunkt der richtige ist.

**Tipps zum „Entsorgen“:** Der Schnuller wird an einen Schnullerbaum gehängt, verschenkt oder verschickt. Die Schnullerfee holt alle Schnuller ab und schenkt dem Kind dafür z. B. ein Kuschtier.

**Ist der Tausch des Schnullers gegen ein Kuschtier pädagogisch in Ordnung?** Ja, und sogar notwendig. Der Begriff „Übergangsobjekt“ aus der Entwicklungspsychologie bezeichnet einen unbelebten Gegenstand, der als Bindungsersatz dient. Das Kind überträgt die Eigenschaften der Mutter auf das Übergangsobjekt. Wenn der Schnuller als Übergangsobjekt gedient hat, hinterlässt er beim Entwöhnen ein Vakuum, das gefüllt werden muss. Das Kind wählt dann selbst ein Übergangsobjekt aus. Das kann ein Gegenstand sein oder etwas Abstraktes (z. B. ein zusätzliches Gute-Nacht-Ritual wie Musik, eine zusätzliche Gute-Nacht-Geschichte, Worte oder imaginäre Märchenfiguren). Die meisten Kinder wünschen sich ein Kuschtier.

**Weitere hilfreiche Tipps, schöne Geschichten und Kinderbücher zur Schnullerentsorgung finden Sie auf [www.jugendzahnpflege.hzn.de](http://www.jugendzahnpflege.hzn.de) im Ordner 0-3-Jährige.**