

# Naturheilkunde für Säuglinge und Kleinkinder – Ein Rundumblick aus der naturheilkundlichen Praxis

Katrin Kläsi

Wie ist es bei ihnen? Geht es ihnen auch so? Wenn eine Mutter mit ihrem Säugling oder Kleinkind zu mir in die Praxis kommt, denke ich jedes Mal, wie ist dem Kind, wie der Mutter zu helfen? Ja, ich habe mir Wissen angeeignet. Ja, ich habe schon viele Erfahrungen gemacht. Doch ist es jedes Mal eine eigene kleine Person, ein eigenes kleines Wunder, eine andere Mutter mit ihrer Geschichte und andere Symptome, die belasten. So höre ich als erstes gut zu, frage bei Unklarheiten direkt nach, beobachte dabei das kleine Kind ganz genau und versuche zudem, die Mutter einfühlsam zu verstehen. Dank meines Wissens, meiner Erfahrung und der Hilfe aus der Natur kann ich Kind und Mutter in der Regel sehr gut auf ihrem Weg zur Gesundheit unterstützen.

## Spektren der Naturheilkunde

Sehr dankbar bin ich um alle Heilpflanzen, die mich begleiten. Ich freue mich über ihr unendlich großes Potenzial zur Unterstützung meiner und meiner Klienten Gesundheit. Bei Notfällen und akuten Erkrankungen ist die Homöopathie in meiner Praxis (und auch für mich selber) meine erste Wahl. Sie wende ich insbesondere dann an, wenn der Säugling oder das Kind schnell Hilfe braucht und eine rasche Besserung wichtig ist. Sehr würdige ich auch das Wissen und die Erfahrungen, die Herr Dr. med. W. H. Schüssler gemacht und weitergereicht hat. Das Heilverfahren der Schüssler-Salze gründet auf physiologischen und chemischen Vorgängen, die sich im menschlichen Organismus vollziehen. Es sind in allerfeinster Form verdünnte Mineralstoffe, wie sie auch in unserem Körper vorkommen, um dort bestimmte Funktionen auszuüben; sie werden deshalb auch *Funktionssalze* genannt. Für Säuglinge und kleine Kinder eignet sich die äußere Anwendung mit Schüssler-Salzen sehr gut.

Dankbar bin ich Herrn Bach für seine energetischen Pflanzenauszüge. Mit den Bach-Blüten habe ich ein enorm wertvolles Werkzeug in meiner Praxis. Großartig unterstützen sie die seelische Harmonisierung sowie die Entfaltung und Stabilisierung der Persönlichkeit. Dadurch stabilisieren sie die Gesundheit und helfen begleitend bei Krankheiten.

Für die körperliche, geistige und seelische Entwicklung des Kindes sind Körperkontakt und Streichungen enorm wichtig. So geht es mir bei der Massage von Säuglingen und kleinen Kindern vor allem um Liebe, Zuneigung und Körperkontakt. Ob es ein Streichen oder eine sanfte Massage ist, macht für mich dabei keinen essenziellen Unterschied. Wichtig ist, dass sich die Mutter oder der Vater von ihren bzw. seinen Händen leiten lässt, dazu brauchen sie keinen vorgeschriebenen Ablauf. Wickel und Kompressen schenken Geborgenheit, geben Ruhe und Schutz. Auch Therapien mit Wasser sind einfach in der Anwendung und entfalten oft eine grosse Wirkung.

Einen sehr wichtigen Bereich der Naturheilkunde stellt die Ernährung dar. Diese birgt meiner Meinung nach das grösste Potenzial in sich, wie Mutter und Vater ihre Gesundheit und die ihres Kindes unterstützen, beeinflussen und erhalten können. Früher sprach man von der Diätetik und meinte damit alle Maßnahmen, die zur

Gesundheit und Heilung beitragen, gedacht im Sinne einer geregelten Lebensweise. Daraus ist mir speziell die Bewegung ein großes Anliegen. Die Eltern sollten ihrem Kind möglichst viel Kontakt mit verschiedenen Naturelementen ermöglichen – Erde, Steine, Holz, Bäume, Gras, Lehm, Sand, Schlamm, Wasser und was es sonst noch alles gibt. Das Kind sollte auch viele verschiedene Bewegungsformen kennen lernen – Kriechen, Laufen, Springen, Hüpfen, Klettern, Rollen, Balancieren und vieles mehr. Sehr schätze ich an vielen meiner großen und kleinen Klienten, dass dies bei ihnen oft ganz selbstverständlich dazu gehört.

Auch auf die Gefahr hin, in eine esoterische Ecke geschoben zu werden, möchte ich doch anmerken, dass ich in meiner Praxis auch mit Heilsteinen arbeite. Als Heilsteine gelten Steine, deren Wirkung auf den Menschen durch wiederholte Erfahrungen bestätigt wurde. Die Steinheilkunde ist eine Informationstherapie, grob vergleichbar mit Homöopathie und Bach-Blütentherapie. Das heißt: nicht der chemische Stoff selbst wirkt, sondern die vom Stein vermittelte Information. Denn wie jeder Körper, so strahlen auch Steine. Jeder Heilstein ist in seiner Wirkung spezifisch durch seine Kristallstruktur, seinen Entstehungsprozess, seine Mineralklasse, seinen Mineralstoffgehalt und seine Farbe.

## Zur Einordnung: Schul- und Komplementärmedizin

Im Folgenden beschreibe ich einige typische Beispiele für kindliche Beschwerden wie etwa Unwohlsein, Schlafstörungen, Verdauungsbeschwerden und Hautirritationen und wie ich diese Beschwerden mit sanften Mitteln aus der Naturheilkunde in meiner Praxis auszugleichen versuche. Es sei an dieser Stelle ausdrücklich erwähnt (obwohl es eigentlich selbstverständlich ist), dass beim Verdacht auf eine schwerwiegende Erkrankung die sofortige Überweisung an einen Kinderarzt bzw. im Akutfall direkt ins Krankenhaus erfolgt. Die Naturheilkunde als sanfte und meist nebenwirkungsfreie Therapieoption ist sehr gut geeignet, typische Beschwerden von Babys und Kleinkindern zu lindern und sie auf dem Genesungsprozess zu begleiten. Sie ist aber keinesfalls eine Alternative bei schwerwiegenden oder gravierenden Krankheitsbildern oder Symptomkomplexen, kann bei diesen jedoch in Rücksprache mit dem behandelnden Arzt ergänzend im Sinne der Komplementärmedizin eingesetzt werden.

## Unwohlsein

Der Säugling oder das Kind ist bei Unwohlsein, aber auch bei einer Krankheit oder Verletzung, aus der Balance. Als Hilfe eignen sich sanfte, regulative Heilmittel, die den Säugling und das Kind wieder in sein Gleichgewicht bringen. Von den Schüssler-Salzen habe ich gleich einige, die ich sehr gerne anwende und den Eltern meiner kleinen Klienten empfehle. Die Nr. 2 (*Calcium phosphoricum D6*) als Salbe am Nacken, zwischen den Schulterblättern oder auf dem Solarplexus (oberhalb des Bauchnabels) einmassiert, wirkt beruhigend. Wenn das Unwohlsein von einer beginnenden oder noch nicht ausgebrochenen Krankheit herkommt, empfehle ich die Nr. 3 (*Ferrum phosphoricum D12*) als Pastille oder Salbe, um die drohende Krankheit zu verhüten oder zu mildern. Dazu braucht das Kind unbedingt Ruhe. Die Nr. 5 (*Kalium phosphoricum D6*) hilft, falls das Kind ängstlich und nervös ist, es weint und sich nicht mehr beruhigen lässt. Die Nr. 7 (*Magnesium phosphoricum D6*) als Pastille oder Salbe wirkt allgemein entspannend. Da das Ergänzungsmittel Nr. 22 (*Calcium carbonicum D6*) innerhalb der Zellwand eine schützende Hülle bildet, ist es ein wichtiges Mittel für Säuglinge und Kinder. Vor allem die Nr. 2 und Nr. 22 empfehle ich zusätzlich als Konstitutionsmittel über längere Zeit, um meine kleinen Klienten zu stärken.

Heilpflanzen benutze ich als Tinktur oder Tee. Zur Beruhigung bei Nervosität verwende ich Zitronenmelissen-Tinktur (*Melissa officinalis*) oder den Zitronenmelissenblätter-Tee. Bei starker Bewegungsunruhe beruhigt Passionsblumenkraut-Tinktur (*Passiflora incarnata*). Und bei Hyperaktivität hilft eine Ginkgoblätter-Tinktur (*Ginkgo*). Auch rege ich die Eltern des kleinen Patienten dazu an, zu Hause eine Rohwollauflage etwa auf den Bauch des Säuglings zu legen, da diese Maßnahme beruhigend wirkt, Geborgenheit gibt und Schutz spendet. Ebenso geht von einer kleinen Massage mit einem Johanniskraut-Ölauszug eine beruhigende Wirkung aus. Seitens der Heilsteine spendet der Achat Schutz, Geborgenheit und Sicherheit. Der Heliotrop gilt als immunstärkender Stein. Dem Ozeanjaspis wird nachgesagt, das Immunsystem zu stärken und die Selbstheilungskräfte zu mobilisieren.

## Schlafstörungen

In meine Praxis kommen oft Eltern mit ihren kleinen Kindern, die nicht viel schlafen, Mühe mit dem Einschlafen haben oder immer wieder nachts erwachen. Dadurch kommen meistens auch die Eltern nicht zu genügend Schlaf. Als erstes weise ich die Eltern auf *Erdstrahlen* und speziell auf *Elektrosmog* hin. Elektrosmog wird durch Mobilfunkantennen, WLAN, die meisten Schnurlos-Telefone – auch DECT-Babyfone – und vieles mehr, was die heutige Technik neu entwickelt, verursacht. Meistens sind es Geräte aus dem eigenen Haushalt, die strahlen. Diese zu eruieren ist nicht einfach. Die einfachste Lösung erscheint mir, all diese Geräte mindestens über Nacht oder bei Nichtgebrauch auch tagsüber abzustellen. \*

Bei Schlafstörungen ist ein regelmäßiger Schlafrhythmus wichtig. Zur Behandlung wende ich sanfte regulative Heilmittel an. Gute Erfahrungen mache ich mit den Schüssler-Salzen. Speziell empfehle ich die Nr. 2 (*Calcium phosphoricum D6*) als Salbe. Zwischen den Schulterblättern einmassiert wirkt sie entspannend und fördert das Ein- und Durchschlafen. Die Nr. 5 (*Kalium phosphoricum D6*) als Pastille ist eine große Hilfe, wenn das Kind zu müde ist, um einzuschlafen. Auch das Entspannungsmittel Nr. 7 (*Magnesium phosphoricum D6*) als Pastille oder Salbe wirkt beruhigend beim Einschlafen.

Von den Heilpflanzen schätze ich das ätherische Mandarinenöl, das sogenannte *Kinderöl*. Durch seinen lieblichen, zarten und warmen Duft wirkt es schlaffördernd. Die Eltern können einen Tropfen auf ein Papiertaschentuch geben und dies dem Kind mit ins Bettchen legen oder daraus ein Mandarinenöl-Spray herstellen. Für Kinder, die stark auf Voll- oder Leermond reagieren, ist die Mistel-Tinktur (*Viscum album*) geeignet. Der Schlafstein Aventurin hilft ruhig zu werden und bringt erfahrungsgemäß gute Erholung.

## Dreimonatskoliken

Da Dünndarm und Dickdarm nervlich sehr gut versorgt sind, wird auch vom *Bauchhirn* oder *emotionalen Hirn* gesprochen. Emotionen spüren wir oft im Bauch. So ist es nicht verwunderlich, dass so ziemlich Alles Ursache von Bauchschmerzen sein kann. Auch ein generelles Unwohlsein kann das kleine Kind mit Bauchschmerzen ausdrücken. Dreimonatskoliken äußern sich in Schreiattacken des Säuglings in den ersten Monaten. Am häufigsten kommen sie im dritten Monat vor. Gehäuft treten die Koliken etwa eine halbe Stunde nach der Mahlzeit und am späten Nachmittag auf. Sie äußern sich mit Bauchschmerzen und einem geblähten und druckschmerzhaften Bauch. Ursachen für Dreimonatskoliken könnten etwa sein, dass der Säugling zu schnell trinkt, dass die Windeln zu fest angezogen sind, die Ernährung der stillenden Mutter, die Mutter-Kind-Beziehung oder auch familiäre Spannungen.

Zur Beruhigung der Dreimonatskoliken kann der Bauch des Kindes liebevoll massiert werden. Dazu bewähren sich verschiedene Heilmittel. Die Schüssler-Salz-Salbe Nr. 7 (*Magnesium phosphoricum D6*) durch ihre allgemein entspannende und dadurch schmerzlindernde Wirkung. Kümmel- oder Fenchelöl wirken entkrampfend und schmerzlindernd. Auch verdünntes ätherisches Lavendelöl fein (ein bis zwei Tropfen in 50 ml neutrales Öl) ist möglich. Der Heilstein Dumortirit mit seiner entkrampfenden Wirkung eignet sich für eine feine Bauchmassage. Zur nachhaltigen Wirkung der Massage breitet die Rohwollauflage auf dem Bauch eine milde, tiefe Wärme aus, die dem Säugling Geborgenheit und Schutz spendet. Sie fördert die Durchblutung und wirkt entspannend und entkrampfend auf die Verdauungsorgane.

Wiederum bieten die Heilpflanzen als Tee oder Tinktur eine liebevolle Hilfe an. Zitronenmelisse (*Melissa officinalis*) als Tinktur oder Tee beruhigt Säuglinge, die hastig trinken, löst Verdauungskrämpfe und hilft bei Nervosität, Ungeduld und zu starker Sensitivität. Die Kamillen-Tinktur (*Chamomilla*) dämpft die Sinneswahrnehmungen, gibt Geborgenheit und Mütterlichkeit. Sie hilft bei Bauchschmerzen, Reizbarkeit und Weinerlichkeit. Sehr dünn angesetzter Fenchelrüchte-Tee ist der erste Tee für ein Neugeborenes bei Bauchkrämpfen. Er ist blähungswidrig und verdauungsfördernd.

Das homöopathische Mittel Chamomilla C30 empfehle ich bei stärkeren Bauchkrämpfen. Das Kind krümmt sich, schreit, strampelt und will unbedingt getragen werden. Es ist äußerst erregt, besonders abends. Die Bauchkrämpfe werden oft von viel Wind und stinkendem Durchfall begleitet.

## Hautausschlag, Ekzeme, Dermatitis

Es gibt alle möglichen Formen von Hauterscheinungen und alle möglichen Ursachen dafür. Je nachdem ob der Hautausschlag trocken oder nässend ist, wird er äußerlich unterschiedlich behandelt. Gute Erfahrungen bei der Behandlung von Hautausschlägen mache ich mit Schüssler-Salzen. Zur Behandlung trockener Hauterscheinungen sind sie als Salbe hilfreich. Für die Pflege von nässenden Hautausschlägen können einige Pastillen in Wasser aufgelöst werden. Mit dieser Lösung wird die Hautstelle abgetupft oder als lockerer Wickel bedeckt. Die Nr. 3 (*Ferrum phosphoricum D12/6*) ist das Mittel der ersten Entzündungsphase, bei trockener geröteter Haut

als D6 Salbe, bei nässender geröteter Haut als Lösung. Geeignet ist die Nr. 6 (*Kalium sulfuricum D6*) bei unreiner, eitriger Haut, bei Bläschenausschlag, bei gelbschleimigem Sekret und bei Hautausschlägen, die beißen und jucken. Natrium chloratum reguliert das Wasser in und zwischen den Zellen. Dadurch trocknet die Nr. 8 (*Natrium chloratum D6*) bei nässenden Hautausschlägen und befeuchtet bei zu trockener, schuppiger Haut. Durch die starke Wirkung von Natrium sulfuricum auf die Ausscheidungsorgane befördert es Giftstoffe aus dem Körper. Die Nr. 10 (*Natrium sulfuricum D6*) hilft, wenn die Haut als Ersatzausscheidungsorgan gebraucht wird, etwa als dritte Niere oder zweite Leber. Zusätzlich zur örtlichen Anwendung ist die Nr. 10 innerlich als Pastille zur Unterstützung der Ausscheidungsorgane hilfreich. Zur langfristigen Stärkung ist das Ergänzungsmittel Nr. 22 (*Calcium carbonicum D6*) innerlich als Pastille ein wichtiges Mittel für Kinder mit chronischen Hautleiden.

Die Heilpflanzen können als Tinktur und Tee innerlich eingenommen und zusätzlich sehr gut äußerlich aufgetragen werden. Bei einem nässenden Hautausschlag einige Tinktur-Tropfen in Wasser geben und damit die Haut abtupfen. Bei einem trockenen Ausschlag etwa zwei Tropfen Pflanzentinktur in der Hand mit Öl mischen und damit sorgfältig die Haut einstreichen. Das Gänseblümchen (*Bellis perennis*) ist rein und voller kindlicher Unschuld, es wirkt entzündungshemmend und stoffwechselfördernd. So kann es als Tinktur und/oder Tee äußerlich und innerlich angewendet werden. Auch die Stiefmütterchen-Tinktur *Viola tricolor* ist innerlich und äußerlich angewendet eine tolle Heilpflanze bei Hautausschlägen. Die beruhigende Wirkung des Johanniskrautölszugs ist ideal zur Behandlung von gereizter und irritierter Haut. Er kann vorbeugend und zur Nachbehandlung angewendet werden.



## Komplementäre Diagnostik

Was sind die Ursachen für Unwohlsein, Schlafstörungen, Verdauungsbeschwerden oder Hauterscheinungen? Der Säugling mit seinen feinen Antennen reagiert sehr sensibel auf seine Umgebung, auf seine Mutter, seinen Vater, auf Spannungen in der Familie. So liegt meiner Erfahrung nach die Ursache oft nicht in erster Linie beim kleinen Kind.

In meiner Praxis ist mir für die Diagnostik die *Applied Kinesiology* (AK) eine große Hilfe. Säuglinge und kleine Kinder kann ich nicht direkt über den Muskeltest austesten, sondern brauche dazu ein Surrogat (Testung Mithilfe einer zweiten Person), meistens die Mutter. Dies betrachte ich als Chance. So bekomme ich neben der Anamnese noch einen weiteren Eindruck des Zustandes der Mutter.

Damit ich das kleine Kind über die Mutter austesten kann, muss sie im Gleichgewicht sein. Ist dies nicht der Fall, bekomme ich die Gelegenheit tiefer auf die Mutter einzugehen, sehr genau hinzuhören, sie anzuschauen und nachzufragen wie es ihr geht. Meistens bekommt sie eine zu ihr passende Pflanzentinktur als Testampulle in die Hand. Natürlich empfehle ich ihr in der Regel, diese Pflanzentinktur längerfristig einzunehmen. Eine stillende Mutter kann gut das passende Heilmittel des Säuglings einnehmen, so kann es über die Muttermilch auch auf den Säugling wirken. Zusätzlich rate ich, das Heilmittel auch äußerlich beim Säugling anzuwenden. Für mich sind Mutter und Säugling eine Einheit. Die Behandlung der Mutter wird so oft wichtiger als die des Säuglings, auch wenn sie ursprünglich wegen ihres Kindes zu mir gekommen ist. Hier liegt meine Herausforderung (und auch meine Kunst) dies geschickt der Mutter zu vermitteln und sie zu motivieren auf sich selbst achtzugeben. Eine überreizte, gestresste oder kränkliche Mutter überträgt ihren Zustand immer auch teilweise auf ihr sensibles Baby oder Kleinkind.

## Resümee

In meiner Praxis und mit meinem Buch ist mir wichtig, den Eltern Mut zu machen, dass sie die Heilkräfte der Natur ausprobieren, dabei Erfahrungen sammeln und Sicherheit gewinnen. Sie sind in einem großen Lernprozess. Probiere aus, sammle Erfahrungen und gewinne an Sicherheit! Die Naturheilkunde begleitet diesen Weg und weiß leichte Beschwerden der kleinen Menschen sanft zu lindern.

Autorin:  
Katrín Kläsi, dipl. Naturheilpraktikerin (CH), dipl. Sportheilpraktikerin (CH)  
Spitalstrasse 29  
8630 Rüti ZH, Schweiz

### Zur Vertiefung empfohlen:

Katrín Kläsi: Naturheilkunde für Säuglinge und Kleinkinder  
ISBN: 978-3-8423-9761-3  
Preis: 24,90 Euro

Das verständlich verfasste Fachbuch richtet sich direkt an die Anwender, nämlich die Eltern eines erkrankten Kindes, und zeigt, wie mit Homöopathie, Schüssler-Salzen, Heilpflanzen und -steinen und Wickeln den kleinen und kleinsten Patienten auf dem Weg zur Genesung geholfen werden kann.



### \* Hinweis der Redaktion

Der aktuelle wissenschaftliche Kenntnisstand zu biologischen und pathologischen Wirkungen von Funkstrahlung auf den Menschen kann in folgender Publikation nachgelesen werden:  
Wilke I (2018): Biologische und pathologische Wirkungen der Strahlung von 2,45 GHz auf Zellen, Fruchtbarkeit, Gehirn und Verhalten. Review: umwelt · medizin · gesellschaft 2018 Feb 31(1). Die PDF-Datei erhalten Sie kostenfrei in der Wissenschaftsredaktion des Forum Medizin Verlags, E-Mail: medwiss@forum-medizin.de