



*In* meine Praxis kommen viele Eltern mit Säuglingen und Kleinkindern, die Probleme beim Ein- und Durchschlafen haben, viel und oft weinen und schreien. Die Eltern sind oft verzweifelt, weil sie das Kind kaum beruhigen können und sie selber auch kaum zum Schlafen kommen. Es gibt Nächte, in denen man das Kind stundenlang herumträgt, da

den Schlaf zu wiegen. Das Szenario wiederholt sich jede Nacht zwei- bis dreimal. Dieser Zustand wird in der Schulmedizin als *Pavor nocturnus* (Nachtschreck) bezeichnet und tritt laut Lehrbuch bei ca. 6% der Säuglinge und Kleinkinder auf. Möglicherweise hat der kleine Mann bei der schwierigen Geburt, die nach vielen Stunden Wehen schließlich in

## Schlafprobleme bei Säuglingen und Kindern

es sich nur so beruhigen lässt. Sobald man es weglegt, fängt es sofort wieder zu schreien an. Solche Kinder brauchen körperliche Nähe der Mutter oder des Vaters. Ursachen lassen sich nicht immer finden. Es können traumatische Erlebnisse in der Schwangerschaft oder während der Geburt sein, die Ängste auslösen, welche das Kind verarbeiten muss.

Der kleine Patient, von dem ich berichte, ist 7 Monate alt. Er ist ein gut entwickelter, kräftiger Säugling, der schon fleißig herumkrabbelt und bereits versucht sich an Tischbeinen zum Stehen hochzuziehen. Die ersten Zähne brechen gerade durch. Er erforscht aufmerksam seine Umwelt. Mir gegenüber ist er sehr freundlich und zeigt keinerlei Scheu. Tagsüber ist er sehr brav und zufrieden, aber in den Nächten macht er seinen Eltern das Leben schwer. Er schläft nur kurz. Nach 1 bis 2 Stunden wird er unruhig, weint, schreit. Er wird dabei nicht richtig wach. Er beruhigt sich erst, wenn er ganz wach ist und ihn die Mutter an die Brust nimmt und ihn eine Zeitlang herumträgt, um ihn dann wieder in

einem Kaiserschnitt endete, ein Trauma erlitten und hat Ängste und Alpträume.

In der Homöopathie gibt es zahlreiche Arzneien, die in der Arzneimittelprüfung Aufschrecken aus dem Schlaf oder häufiges Erwachen und Alpträume hervorgerufen haben. Hier einige Zitate aus Hahnemanns Arzneimittellehre:

**Sulfur:** Unruhige Nächte; er erwacht jedes Mal mit Schreck, wie aus einem fürchterlichen Traum, und war nach dem Erwachen noch mit ängstlichen Phantasien, wie von Gespenstern, beschäftigt, wovon er nicht sogleich loskommen konnte.

**Chamomilla:** Nächtliche Schlaflosigkeit, mit Anfällen von Angst begleitet; es schweben ihm sehr lebhaft Visionen und Phantasiebilder vor (n. 1 bis 4 St.).

**Silicea:** Der Knabe erwacht Nachts mit heftigem Weinen, kommt nicht zum Besinnen, sondern jammert ängstlich mit Lallen.

Im vorliegenden Fall half eine Einmalgabe von Sulfur C 200 und Chamomilla D 6 bei Bedarf. Die Schlafphasen verlängerten sich auf 5 bis 7 Stunden.