



**MEDIBAG BOOKLET  
NEWBORN**

# Liebe Eltern!

mit der Newborn MediBag seid Ihr für die ersten kleinen Sorgen und Notfälle unterwegs und zu Hause bestens ausgerüstet. Die Tasche enthält hilfreiche medizinische Produkte für die hier beschriebenen Symptome zur Linderung der ersten Beschwerden. Ihr bekommt zusätzliche Tipps für erste Maßnahmen und Behandlungsempfehlungen mit rezeptfreien, apothekenpflichtigen Medikamenten. Die apothekenpflichtigen Medikamente haben wir Hellgrau gekennzeichnet, Bezugsquellen findet Ihr auf unserer Webseite oder über den QR Code.

In unserem E-Book auf unserer Website [islandkidsibiza.com/e-book](http://islandkidsibiza.com/e-book) beschreiben wir weitere, häufige Symptome und Notfälle im Kindesalter ausführlicher und erklären hilfreiche Erstmaßnahmen. Über den QR Code gelangt Ihr direkt zum jeweiligen Symptom.

Bei Auftreten der genannten Alarmzeichen oder Red Flags solltet Ihr umgehend einen Kinderarzt oder eine Kinderklinik in Eurer Nähe aufsuchen.



Apotheken-  
pflichtige  
Medikamente  
auf Hellgrau

<b>FIEBER</b>	<b>4</b>
<b>HUSTEN</b>	<b>8</b>
<b>SCHNUPFEN</b>	<b>10</b>
<b>ZAHNEN / UNRUHE</b>	<b>11</b>
<b>OHRENSCHMERZEN</b>	<b>12</b>
<b>AUGENENTZÜNDUNG</b>	<b>14</b>
<b>BAUCHSCHMERZEN</b>	<b>16</b>
<b>WINDELDERMATITIS</b>	<b>22</b>
<b>NABELPFLEGE</b>	<b>23</b>
<b>BRUSTENTZÜNDUNG</b>	<b>24</b>
<b>KLEINE WUNDVERSORGUNG</b>	<b>26</b>
<b>STURZ AUF DEN KOPF</b>	<b>27</b>
<b>NO GO'S</b>	<b>28</b>
<b>NOTRUFNUMMERN</b>	<b>29</b>
<b>RED FLAGS</b>	<b>30</b>

# FIEBER



Mehr dazu  
im E-Book



Wir empfehlen immer eine rektale Messung. **Neugeborene, Säuglingen in den ersten 3 Lebensmonaten mit Fieber ab 38,0°C sind ein Notfall, bitte immer sofort in die nächstgelegene Kinderklinik fahren.**

Abhängig von jedem Kind und der Höhe des Fiebers kann es zu einer deutlichen Einschränkung der Körperfunktionen kommen, deshalb empfehlen wir eine allgemeine Fiebersenkung ab 39,5 °C durch die hier genannten ersten Maßnahmen und fiebersenkenden Medikamente.

Flüssigkeitszufuhr	auf ausreichende Flüssigkeitszufuhr achten, um fieberbedingte Flüssigkeitsverluste auszugleichen
Viburcol N Zäpfchen	Dosierung nach Packungsbeilage als pflanzliches homöopathisches Zäpfchen bei krankheitsbedingten Unruhe- und Fieberzuständen, Zahnungsbeschwerden oder Infekten. Die darin enthaltenden Wirkstoffe wie Kamille, Breitwegerich, Wiesenkuhschelle wirken entzündungshemmend und lindern Schmerzen.

# FIEBER



Paracetamol Saft	Zulassung ab 3 kg Körpergewicht Dosis 10–15 mg/kg Körpergewicht alle 6–8 Stunden am Tag, maximal 4 x täglich
Paracetamol Zäpfchen 75 mg	Gabe alle 6–8 Stunden ab 3 kg Körpergewicht
Paracetamol Zäpfchen 125 mg	Gabe alle 6–8 Stunden je nach Körpergewicht: ab 7–8 kg Körpergewicht maximal 3 x täglich ab 9–12 kg Körpergewicht maximal 4 x täglich
Ibuprofen Saft 20mg/ml oder 40mg/ml	Zulassung ab dem 3. Lebensmonat oder mindestens 6 kg Körpergewicht Dosis 10 mg/kg Körpergewicht alle 6–8 Stunden am Tag, maximal 4 x täglich

# FIEBER



Ibuprofen Zäpfchen 60 mg	ab 6–12 kg Körpergewicht alle 6–8 Stunden maximal 4 x täglich
Ibuprofen Zäpfchen 125 mg	ab 12,5–20,5 kg Körpergewicht alle 6-8 Stunden am Tag, maximal 4 x täglich

**Tipp:** Ibuprofen und Paracetamol können kombiniert werden, wenn das Fieber mit einem Medikament nicht ausreichend zu senken ist. Wir empfehlen keine alternierenden Gaben, sondern die Einfachtherapie mit Paracetamol oder Ibuprofen, wenn die erfolgreich zur Fiebersenkung führt.

# FIEBER

## ALARMZEICHEN bei Fieber

Neugeborene und Säuglinge in den ersten 3 Lebensmonaten mit Fieber ab 38,0 Grad Celsius sind ein Notfall, bitte immer sofort in die nächstgelegene Kinderklinik fahren.

- bei Säuglingen unter dem 6. Lebensmonat
- Einschränkungen des Allgemeinzustandes
- Einschränkungen der Atmung
- Einschränkungen des Kreislaufes
- neurologischen Auffälligkeiten wie Bewusstseinsstörungen
- Gangstörung
- Zuckungen bei Fieber (Fieberkrämpfe)
- Berührungsempfindlichkeit
- schrilles Schreien
- Nackensteife
- Trinkschwäche
- Fieber mit Hautausschlag
- Fieber mit Erbrechen
- nicht zu senkendes Fieber unter fiebersenkenden Medikamenten
- Fieber der Mutter bei Brustentzündungen und im Wochenbett

# HUSTEN



Mehr dazu  
im E-Book



<p>Thymian-Angelika Öl</p>	<p>morgens und abends anwenden &lt; 1. Lebensjahr sparsam dosiert ein paar Tropfen auf den Rücken, Hals, Brust oder als Wickel mit Heilwolle</p>
<p>Thymianzäpfchen 100 mg</p>	<p>Geburt – 2. Lebensjahr 1 x täglich morgens in den Anus einführen</p>
<p>Viburcol N Zäpfchen</p>	<p>Dosierung nach Packungsbeilage als pflanzliches homöopathisches Zäpfchen bei krankheitsbedingten Unruhe- und Fieberzuständen, Zahnungsbeschwerden oder Infekten. Die darin enthaltenden Wirkstoffe wie Kamille, Breitwegerich, Wiesenkuhschelle wirken entzündungshemmend und lindern Schmerzen.</p>



## ALARMZEICHEN

bei Husten

- Akut beginnender Husten mit Atemnot
- Husten bei oder nach Verschluck-Ereignissen
- Husten nach Unfällen (Trauma)
- Husten mit Blaufärbung der Lippen oder Atemanstrengung
- ein akut einsetzender bellender Husten mit Atemnot
- pfeifende Geräusche beim Husten
- Bluthusten
- produktiver Husten mit Fieber und eitrigem Auswurf
- Schluck- und Sprechstörungen durch Husten
- Verschlechterung des Allgemeinzustandes

# SCHNUPFEN



Mehr dazu  
im E-Book



Muttermilch oder sterile Kochsalzlösung NaCl 0,9%	zum Befeuchten und Reinigen der Nase mit einem Nasensauger im 1. Lebensjahr
Engelwurz Balsam	auf die Nasenflügel und in den Naseneingang zum Freihalten der Atemwege
Abschwellende Nasentropfen 0,025%	ab dem 5. Lebensmonat oder in Rücksprache mit eurem Kinderarzt 3–4 x täglich
Manueller Nasensauger	zum Befeuchten und Reinigen der Nase

## ALARMZEICHEN bei Schnupfen

- Verschlechterung des Allgemeinzustandes
- Trinkschwäche
- Atemanstrengung

# ZAHNEN / UNRUHE



Mehr dazu  
im E-Book



Zahnöl	2–3 x täglich auf die Wange +/- sparsam auf die Zahnleiste einmassieren
Dentinox Gel	lokal auf die Zahnleiste einmassieren
Virbucol N	Dosierung nach Packungsbeilage
Schmerzmittel Paracetamol, Ibuprofen	Dosierung siehe Fieber

**Tipp:** Das Kauen eines kalten (Beiß)Ringes kann durch kälteinduzierte Gefäßverengung Beschwerden lindern, ebenso wie das Knabbern von Kaukeksen oder gefrorenem Gemüse. **Vorsicht** jedoch bei der Gabe von fester Nahrung bei Kindern, die noch keine feste Nahrung bekommen, da sich Nahrungsteilchen lösen und zu Verschluck-Ereignissen führen können.

# OHRENSCHMERZEN



Mehr dazu  
im E-Book



Sterile Kochsalz- lösung NaCl 0,9%	in die Nase zum Befeuchten und Freihalten der Atemwege
Engelwurz <b>sal</b> sam	auf die Nasenflügel und in den Naseneingang zum Freihalten der Atemwege
Ohr <b>kom</b> pressenset	Johanniskraut-Lavendelöl aus dem Ohr <b>kom</b> pressenset auf eine Zwiebelscheibe geben, zusammen mit Heilwolle aus dem Set über 30–60 Minuten an das betroffene Ohr halten
Ibuprofen	Dosierung siehe Fieber
Oto <b>vo</b> ven Tropfen	homöopathische Medikamentenkombination zur oralen Einnahme bei Schnupfen und Mittelohrbeschwerden, Ohrenschmerzen / ab Säuglingsalter anzuwenden, Dosierung nach Alter, siehe Packungsbeilage

# OHRENSCHMERZEN



Abschwellende Nasentropfen /  
Nasenspray

zur Belüftung des Mittelohrs  
Dosierung siehe Schnupfen

## ALARMZEICHEN

bei Ohrenschmerzen

- Säuglinge und Kleinkinder  
  <2. Lebensjahr mit Ohrenschmerzen
- Kinder mit Vorerkrankungen im  
  Nasen-Rachen-Raum
- Fieber oder vermehrten Schreien
- Schmerzen unter  
  Schmerzmittelgabe
- abstehendes Ohr
- Schmerzen hinter dem Ohr
- Sekretion aus dem Ohr
- Schwindel u.a. neurologische  
  Auffälligkeiten
- Verschlechterung des  
  Allgemeinzustandes

# AUGENENTZÜNDUNG



Mehr dazu  
im E-Book



<p>Schwarztee, Muttermilch oder sterile Kochsalzlösung NaCl 0,9%</p>	<p>mehrmals täglich zur Reinigung der Augenlider immer von oben nach unten und von innen nach außen, vom Nasenwinkel zum äußeren Lidrand</p>
<p>Euphrasia Augentropfen</p>	<p>2 x täglich 1 Tropfen in jedes Auge immer beide Augen behandeln</p>

**Tipp:** Bei Schwierigkeiten bei der Verabreichung von Augentropfen gibt es einen Trick. Legt das Kind flach hin und neigt den Kopf leicht seitlich, so dass der innere Augenwinkel den tiefsten Punkt darstellt. Dann 2–3 Tropfen in den Augenwinkel auch bei geschlossenem Auge verabreichen, danach blinzeln lassen. Durch Augenöffnung gelangen die Tropfen ganz leicht in das Auge. Die Behandlung immer in beiden Augen durchführen. Vorher und danach die Hände gut waschen oder desinfizieren.

# AUGENENTZÜNDUNG



## ALARMZEICHEN

bei Augenentzündung

- Schmerzen bei Augenbewegung
- Schwellungen und Überwärmung der Augenlider
- Fieber
- Fremdkörpergefühl
- fehlende Besserung nach Reinigung und Behandlung mit Euphrasia Augentropfen

# BAUCHSCHMERZEN



Mehr dazu  
im E-Book

in Verbindung mit Blähungen



<p>Fenchel- Kümmel-Öl</p>	<p>sanfte Bauchmassage im Uhrzeigersinn 1-2 x täglich: Kreise mit den Fingern leicht im Uhrzeigersinn über den Bauch oder winkle die Beinchen deines Babys im Hüftgelenk an und kreise diese im Uhrzeigersinn.</p>
<p>Warmkomresse mit Hülle</p>	<p><b>Erwärme die Kalt/Warm-Komresse</b> aus dem MediBag nach Anleitung, lege sie in die dazugehörige <b>Hülle</b> und dann auf den Bauch des Kindes <b>(Achte jedoch darauf, dass sie nicht zu warm ist!)</b></p>
<p>Kümmelzäpfchen</p>	<p>Dosierung nach Packungsbeilage</p>
<p><i>Lactobacillus</i> <i>reuteri</i></p>	<p>Probiotikum, bei Bauchschmerzen, Durchfall und Antibiotika- gabe, Dosierung nach Packungsbeilage</p>

# BAUCHSCHMERZEN

in Verbindung mit Blähungen



Dimeticon oder  
Simethicon

Säuglinge: zu den Mahlzeiten 10-15 Tropfen  
4-6 x täglich, Gabe in Muttermilch möglich,  
Kleinkinder nach Packungsbeilage

## ALARMZEICHEN

bei Bauchschmerzen mit Blähungen

- fehlende Gewichtszunahme
- Erbrechen im Schwall
- Trinkschwäche
- Schmerzen
- Verstopfungen
- Überstrecken des Kindes
- Durchfall
- Überforderung der Eltern und Angst der Eltern, die Kontrolle zu verlieren, was zu Schütteln des Kindes führen könnte
- Fieber
- Absetzen von Blut im Stuhl

# BAUCHSCHMERZEN



Mehr dazu  
im E-Book

in Verbindung mit Durchfall und/oder Erbrechen



<p>Orale Rehydratation</p>	<p>Nach jedem Erbrechen und Durchfall alle 2 Minuten kleine Mengen von insgesamt 50–100 ml (Säuglinge) bzw. 100–150 ml (Kleinkinder) Elektrolytlösung mit Teelöffel / Spritze verabreichen. Bei Zeichen der Austrocknung: 40–50 ml pro kg in den ersten 3-4 Stunden verabreichen mit:</p>
<p>Selbst- hergestellte Elektrolytlösung nach WHO:</p>	<p>3 TL Industriezucker oder Traubenzucker (keine Ersatzzucker verwenden) 1 Liter Trinkwasser <math>\frac{3}{4}</math> Teelöffel Salz 1 Tasse Orangensaft / ersatzweise Bananen (Kalium)</p>
<p>Fertige Elektrolyt- lösungen</p>	<p>zur oralen Rehydratation als fertiges Pulver in Trinkwasser auflösen nach Gebrauchsanleitung im richtigen Mischungsverhältnis</p>

# BAUCHSCHMERZEN

in Verbindung mit Durchfall und/oder Erbrechen



Fenchel-Kümmel-Öl	Bauchmassage im Uhrzeigersinn
Warmkomresse mit Hülle	Erwärme die Kalt/Warm-Komresse aus dem MediBag nach Anleitung, lege sie in die dazugehörige Hülle und dann auf den Bauch des Babys (Achte jedoch darauf, dass sie nicht zu warm ist!)
Lactobacillus reuteri	Probiotikum, bei Bauchschmerzen, Durchfall und Antibiotikagabe, Dosierung nach Packungsbeilage

**Tip:** Wir empfehlen bei einer akuten Magen-Darm-Infektion keine Gabe von Dimenhydrinat ohne ärztliche Vorstellung aufgrund der sedierenden Nebenwirkungen und des relevanten toxikologischen Potenzials.

# BAUCHSCHMERZEN

in Verbindung mit Durchfall und/oder Erbrechen



## ALARMZEICHEN BEI BAUCHSCHMERZEN

in Verbindung mit Durchfall und/oder Erbrechen

- Neugeborene
- Säuglinge bis zum 7. Lebensmonat oder weniger als 8 kg Körpergewicht, ehemals Frühgeborene
- Kinder mit angeborenen Grunderkrankungen, vor allem des Darms, der Nieren- und Stoffwechselerkrankungen
- akute, starke Bauchschmerzen oder länger bestehende Bauchschmerzen
- hohes Fieber  $>39,5^{\circ}\text{C}$
- Bauchschmerzen im linken Unterbauch
- Bauchschmerzen bei Verstopfungen
- nächtliches Aufwachen durch Bauchschmerzen
- Schüttelfrost
- unstillbares Erbrechen
- Erbrechen im Schwall beim Säugling

# BAUCHSCHMERZEN

in Verbindung mit Durchfall und/oder Erbrechen



- Bluterbrechen
- eine angespannte Bauchdecke vor allem in Ruhe
- zahlreiche wiederkehrende Durchfälle >8-10 x pro Tag
- Absetzen von großen Mengen wässrigen Stuhls
- Blut im Stuhl
- entfärbte Stühle
- trockene Schleimhäute/Lippen
- keine nassen Windeln oder kaum mehr Urin
- keine Tränen beim Weinen
- trotz Zeichen der Austrocknung verweigert Kind die Gabe von Flüssigkeit
- Verschlechterung unter der Gabe von Trinklösungen
- Gewichtsverlust
- Verschlechterung des Allgemeinzustandes

# WINDELDERMATITIS



Mehr dazu  
im E-Book



Reinigung	nur mit Wasser ohne Zusätze, keine parfümierten Feuchttücher, gründliches Trockentupfen, windelfrei strampeln lassen
Schwarztee/ Muttermilch	zum Tupfen, Baden, Umschläge auf die gerötete Haut
Calendula Wundschutzcreme	nach Reinigung beim Windelwechsel auf die gerötete Haut
Windelbalsam	nach Reinigung beim Windelwechsel auf die gerötete Haut
Heilwolle	im Ohrkompressen-Set vorhanden, nach dem Reinigen mit Wasser und Trocknen des Windelbereichs in die Windel geben

**Tip:**

Wir empfehlen eine Vorstellung beim Kinderarzt bei ausbleibender Besserung unter den oben genannten Maßnahmen, bei offenen, nässenden oder schuppigen Hautstellen, Pusteln oder Blasen, bei zusätzlich weißlichen Belägen im Mundraum vor der Fütterung.

# NABELPFLEGE



Mehr dazu  
im E-Book



Nabel-Hygiene	Trocken und sauber halten, Druck auf den Nabel vermeiden
Sterile Kompresse	Falten um den Nabel und die Nabelklemme, um Druck durch die Windel auf die Bauchhaut zu vermeiden
Octanisept Desinfektionsspray	ggf. lokal zur Reinigung

## **ALARMZEICHEN** am Nabel

- Rötung um den Nabel herum
- eitriges und/oder blutiges Sekret
- übelriechender Geruch und Fieber
- nach Abfall des Nabels verbleibender  
feuchter, geröteter Nabelstumpf  
mit knotenartiger Gewebeneubildung  
(Nabelgranulom)

# BRUSTENTZÜNDUNG WUNDE BRUSTWARZEN



Mehr dazu  
im E-Book

Anlegen des Kindes und Ausstreichen	Kind trinken lassen und schmerzhafte Areale ausstreichen, unter der warme Dusche, ggf. Milchpumpe verwenden
Weißkohlblätter aus dem Kühlschrank	Nach dem Anlegen des Kindes und Ausstreichen auf die Brust geben oder in den Still-BH
Medela PureLan Nippel Creme	zu Beginn der Stillzeit nach jedem Stillen auf die Brustwarze geben
MultiMam Brustpads	nach dem Stillen auf die geröteten, leicht verletzten Brustwarzen legen, belassen im Still-BH bis zum nächsten Anlegen des Kindes

# BRUSTENTZÜNDUNG WUNDE BRUSTWARZEN



## ALARMZEICHEN

bei Brustentzündung und/oder wunden Brustwarzen

- Überwärmte, gerötete und schmerzhafte Brust in Kombination mit Fieber, Schüttelfrost, Abgeschlagenheit  
-> bitte einen Gynäkologen aufsuchen

## KLEINE WUNDVERSORGUNG

bei kleinen Verletzungen, Hautinfektionen,  
infizierten Insektenstichen, Zeckenstichen



Octanisept Desinfektionsspray	lokal zur Desinfektion und Kühlung
Sterile Schere, sterile Pinzette im Set	Wundversorgung
Sterile Kompressen	Wundversorgung
Pflasterverband, Wundverband	Wundversorgung
Zeckenzange	schnellstmögliche Entfernung der Zecke nach Zeckenstich und Desinfektion der Einstichstelle

# STURZ AUF DEN KOPF



## ALARMZEICHEN

bei Sturz auf den Kopf des Kindes

- Übelkeit und Erbrechen
- Bewusstlosigkeit
- Verwirrung, Desorientiertheit, verwaschene Sprache, Gangunsicherheiten
- Sehstörungen
- Schwindel
- Zunehmende oder von Anfang an starke Kopfschmerzen
- Bei kleineren Kindern und Säuglingen: Wimmern, schrilles Schreien, Trinkunlust

## ABSOLUTE NO GO'S



- DAS KIND NIEMALS SCHÜTTELN!
- KEINE GABE VON ASPIRIN IM KINDESALTER!
- KEIN HONIG IM ERSTEN LEBENSJAHR!  
GEFAHR DER VERUNREINIGUNG  
MIT BOTOLINUM-NEUROTOXIN

# NOTRUFNUMMERN



## NOTRUF: 112

Bei lebensbedrohlichen Ereignissen bitte Vitalfunktionen sichern und immer den Notruf unter 112 alarmieren.

## GIFTNOTRUF: 089-19240

Bei Vergiftungen oder bei Einnahme von fraglich giftigen Substanzen, Pflanzen, Medikamenten könnt Ihr den Giftnotruf hinzuziehen.

## RED FLAGS

Sofortige Vorstellung in einer Kinderklinik oder Notruf 112 alarmieren



### VERDACHT AUF MENINGITIS

Fieber, Kopfschmerzen, Erbrechen und Petechien  
(Hautausschlag, der nicht wegdrückbar ist)

### VERSCHLUCKEN

von Knopfzellen, Magneten

### VERLETZUNGEN, VERÄTZUNGEN, FREMDKÖRPER IM AUGE

Gesundes Auge schützen und betroffenes Auge ausreichend mit  
Wasser spülen, sofortige Vorstellung beim Augenarzt!

# RED FLAGS



## ALLERGISCHE REAKTIONEN

Stiche im Nasen-, Rachenraum, Quaddelbildung am gesamten Körper, Schwellung der Schleimhäute, Atemnot, ausgeprägte Lokalreaktionen nach Insektenstichen mit aufsteigender Rötung entlang der Lymphbahnen, Schmerzen und Schwellungen in den Lymphknotenregionen, Fieber

## VERGIFTUNGEN

Niemals Erbrechen auslösen!  
Sichern des Giftstoffes / Substanz, Medikament  
Giftnotruf kontaktieren: 089-19240



[WWW.ISLANDKIDSIBIZA.COM](http://WWW.ISLANDKIDSIBIZA.COM)  
[INFO@ISLANDKIDSIBIZA.COM](mailto:INFO@ISLANDKIDSIBIZA.COM)