

IM Detail

Depressive Symptome:

☆ Klein- und Vorschulkinder zeigen auffälliges Essverhalten, Schlafstörungen, Weinerlichkeit, Bauchschmerzen und eine markante Änderung des bisherigen Verhaltens.
 ☆ Bei Schulkindern sind Appetitverlust (mit Gewichtsverlust), Rückzug, Gereiztheit, labile Stimmung, Schlafstörungen, wenig Mimik und Gestik, Bauch und Kopfschmerz Alarmsignale.
 ☆ Im Jugendalter sollten körperliche Beschwerden, Appetitveränderung und verändertes Esstempo, Schlafstörung, Verlangsamung, Gereiztheit, Unaufmerksamkeit, pessimistische Gedankengänge, keine Zukunftsperspektiven, auffälliges Risikoverhalten, niedergeschlagene Stimmung, innere Leere, Interessensverlust, Lebensüberdross, Thematisierung oder Ankündigung des Todes aufhorchen lassen. F.L.



In Therapien lernen die Kinder, wieder Sicherheit zu finden und mit sich und ihre Umwelt ins Gleichgewicht zu kommen.

Bild: SN/SALK

SN Praxis



Peter Kowatsch, Allgemeinmediziner und Vorsorgereferent der Salzburger Ärztekammer. Bild: SN/PRIVAT

Schutz vor Insekten

Gibt es bei uns Insekten, die Kindern gefährlich werden können? D.L.

Kowatsch: Reagiert man nicht allergisch auf Stiche von Bienen oder Wespen, braucht man sich bei uns vor Insekten nicht allzu sehr fürchten. Stiche sind allerdings nie angenehm und man sollte sie vermeiden. Besonders in Gegenden, wo es viele Mücken gibt, sollte man für die Nacht auch in unseren Breiten an ein Moskitonetz denken und auf die Haut Lotionen oder Sprays auftragen. Vor allem Kinder, die sehr empfindlich – etwa mit großen Quaddeln auf Stiche reagieren, sollte man schützen. Was viele Leute nicht wissen: Manche Sprays halten auch Zecken ab. Zu beachten ist, dass bei starkem Schwitzen und nach einem Bad im Wasser der Schutz rascher abnimmt.

Wenn nach dem Stich einer Biene oder Wespe die Stelle anschwillt, sich rötet und juckt, so ist das eine normale Reaktion auf das Insektengift. Man kann die Haut dort kühlen und antiallergische Cremes auftragen. Bei starker Reaktion kann der Arzt eine milde Kortisoncreme verschreiben, die auch für Kinder geeignet ist. Die Einnahme von Antibiotika ist nach Insektenstichen selten sinnvoll, da die Reaktion nicht von Keimen, sondern vom Gift ausgelöst wird. Bremsen können Bakterien übertragen. Ist die Reaktion heftig, bitte den Arzt aufsuchen. u.k.

Wieder in Balance

Zuhören und reden wäre so heilsam. Doch wie sozialwissenschaftliche Studien belegen, nimmt die Zeit, die Eltern ihren Kindern für Gespräche und gemeinsame Spiele widmen, kontinuierlich ab. Viele wissen nicht mehr, was ihre Kinder bewegt und beschäftigt, mit welchen Problemen sie in der Schule oder im Freundeskreis konfrontiert sind.

Unausgesprochene Ängste, ungelöste Konflikte, Mobbing-situationen und unaufgearbeitete Erlebnisse können bei Kindern zu depressiven Verstimmungen führen. „Wenn Eltern bemerken, dass ihr Kind häufig traurig oder niedergeschlagen wirkt, dass es sich zurückzieht oder aber gereizt ist, über Schmerzen klagt, sich nicht mehr mit Freunden treffen will oder das Lieblingsspiel ablehnt, dann gilt es zu reagieren“, sagt Adrian Kamper, Leiter des Departments für Psychosomatik an den Salzburger Landeskliniken. „Eltern sollten Veränderungen erst nehmen und ansprechen. Oft finden intuitiv und damit automatisch erste wichtige Schritte einer Aktivierung statt, die dabei helfen, ein Stimmungstief oder eine beginnende depressive Episode zu überwinden. Dabei sind die kommunikative Kompetenz und der emotionale Austausch innerhalb der Familie entscheidend“.

Fühlen sich Eltern überfordert,

Bis zu zwanzig Prozent aller Kinder und Jugendlichen leiden unter depressiven Symptomen unterschiedlicher Ausprägung.

Häufig sind körperliche Anzeichen wie wiederholte oder chronische Schmerzen, Appetitverlust und Leistungsabfall erste Anzeichen dafür. Therapien helfen,

dass die Freude am Leben wiederkommt.

FRANZISKA LIPP

können Freunde oder aufmerksame Lehrer Eltern und Kinder motivieren, sich Hilfe zu holen.

Während Erwachsene das Gefühl von Antriebs- und Lustlosigkeit oder Niedergeschlagenheit artikulieren können, fehlen jüngeren Kindern die sprachlichen Ausdrucksformen, um sich mitzuteilen. Depressionen äußern sich oft als Bauch- und Kopfschmerzen, Appetitverlust, ein verändertes Trinkverhalten oder Armut in der Mimik und Gestik. „Eltern und Kinder haben oft bereits lange Wege der Abklärung zurückgelegt. Gerade Kopfschmerzen können vielfältige Gründe haben“, sagt Adrian Kamper. „Oft kommt man dann drauf, dass es aber nicht nur die Schmerzen sind. Das Kind ist aggressiver als früher, klagt auch über Bauchweh, mag

nicht mehr essen oder redet sogar immer wieder über den Tod.“

Zu den Risikofaktoren, um an einer Depression zu erkranken, zählen chronische oder psychische Erkrankungen innerhalb der Familie, emotionale Stummheit oder soziale Isolation des familiären Umfeldes. Darüber hinaus verfügen Kinder über hochsensible Antennen für Konflikte oder Stresssituationen.

Um eine Heilung in Gang zu setzen, gilt es zum einen die Ursachen zu erforschen. „Die psychotherapeutische Arbeit berücksichtigt Lebensbedingungen ebenso wie das Alter des Kindes oder Jugendlichen und bezieht die Bezugspersonen mit ein“, erklärt der Kinder- und Jugendpsychiater. Ziel ist, dass Kind und Familie wieder eigene soziale Kompetenz ge-



„Eltern sollten Veränderungen ernst nehmen“, sagt Adrian Kamper. Bild: SN/SALK

winnen können. Die Kinder sollen beispielsweise erleben, wie sie neue Strategien im Umgang mit bislang nur schlecht zu bewältigenden, überfordernden Situationen entwickeln. Dies schafft Sicherheit, bringt innere Beruhigung. Mit Hilfe von Mal- oder Musiktherapie, tiergestützter Therapie oder Ergotherapie sollen die Kinder wieder Freude am Leben finden. Damit steigt auch die innere Bereitschaft zur Aufnahme sozialer Kontakte, zum Spiel oder einer gemeinsamen Unternehmung. Nach einem stationären Aufenthalt bieten Nachgespräche weiterhin die Möglichkeit des Austausches und der medizinischen Kontrolle.

Innerhalb der Familie gilt jedoch: „Höre auch das, was ich dir (noch) nicht sagen kann“.

ANZEIGE



Neu: Thermenhotel Stegersbach

Komfortzimmer mit 36 m², übergroße Zirbenholz-Betten, Balkon, Schmankerl-Frühstück, tägl. Eintritt in die Therme Stegersbach & Sauna (kurzer Verbindungsgang), 1 Heilmass. 60 min. im hauseigenen Heilmassagezentrum.

6 Tage p. p. ab 359 Euro
Buchung:
 Thermenhotel PuchasPlus
 Tel. 03326/533 10
 www.puchasplus.at

365 Tage Urlaub in der Thermenwelt

Die Thermenwelt Burgenland ist eine Thermen- und Genussregion

Auf einer Nord-Südlänge von etwa 150 Kilometer findet sich, beginnend an den Hängen der Rosalia über das Sonnenland-Mittelburgenland bis in das Südburgenland, ein Flecken Erde, der Genießern schon lange zu einem Begriff geworden ist: Die Thermenwelt Burgenland.

Wohlfühlreise durch die gesamte Region

Ausgezeichnete Schmankerl begleiten Sie auf Ihrer Wohlfühlreise durch die Thermen- und Genussregionen,

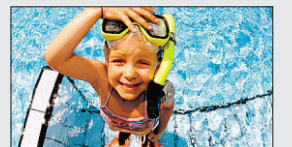


die das ganze Jahr über Saison haben. Ob Sie gekommen sind, um sich einfach dem süßen Nichtstun in einer der Thermen-Wohlfühllosen hinzugeben, die mit ihrem vielfältigen Sport- und Bewegungsangebot zu den ersten Adressen Österreichs gehören, oder dieses Angebot mit dem Verkosten der Schmankerln kombinieren möchten.

Ob Sie sich dem schönen Spiel auf dem Grün, das für viele die Welt bedeutet, und dem Genuss der kulturellen Festival-Highlights der Ther-

menwelt verschrieben haben: 365 Tage im Jahr werden Ihnen beinahe nicht reichen, um diese genussreiche Vielfalt in all ihren Facetten auskosten zu können.

Informationen:
 Thermenwelt Burgenland
 Waldmüllergasse 2-4
 7400 Oberwart
 Tel. 03352/313 13-0
 info@thermenwelt.at
 www.thermenwelt.at



„Spiel & Spaß“ für die ganze Familie

ÜN inkl. 3/4-Pension
 30-Euro-Wohlfühlgutschein
 Benutzung der Therme Stegersbach uvm.
 Gesamtpreis:
 2 Erw. & 1 Kind bis 2 Jahre
 3 ÜN im DZ Residenz-Komfort 615 Euro.
 Buchbar bis 25. 12. 2008.
 **** Golf & Thermenhotel Stegersbach, Golfstr. 1
 7551 Stegersbach
 Tel.: 03326/500
 www.dietherme.com