

RICHTIG AUSKURIEREN

Verkühlte Kinder, bleibt doch zu Hause!



Die Geschwister sind krank - schnell muss Mama eine Betreuung organisieren. (Bild: Viacheslav Iakobchuk/stock.adobe.com)

Österreichs Kindergärten sowie Schulen sind derzeit voll von niesenden und hustenden Sprösslingen. Wer stark erkältet ist, sollte allerdings das Bett hüten dürfen. Das zu bewerkstelligen, ist für die Eltern nicht immer einfach.

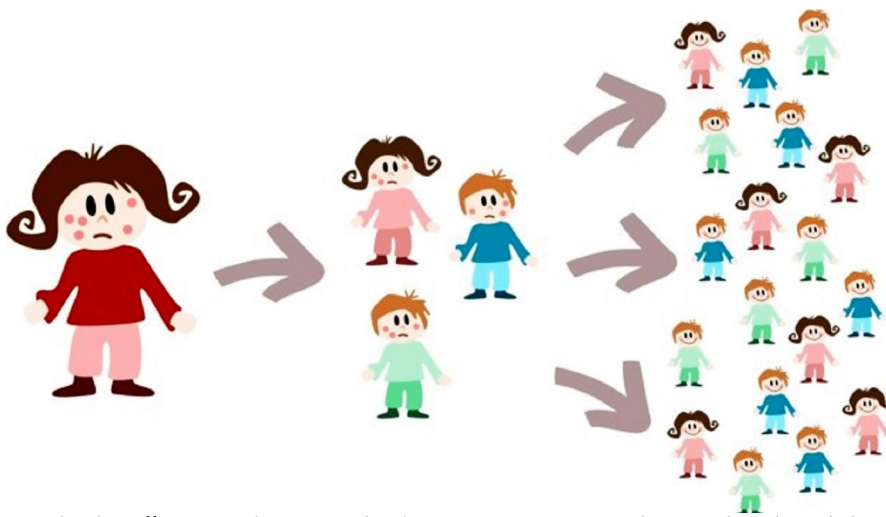
Sie sind ja so oft krank, die lieben Kleinen! Gerade in den ersten Monaten von Kinderkrippe und -garten scheinen die Infekte kein Ende zu nehmen. Hier Husten, dort Rotz, da Fieber. Eine große Herausforderung, vor allem auch für die Eltern! Bis zu zehn Infekte quälen den Nachwuchs durchschnittlich pro Jahr, da das Immunsystem noch unreif ist und die etwa 200 Erkältungsviren nur ungenügend abwehren kann. Außerdem sind die Atemwege des kleinen Körpers kürzer, Erreger können sich schneller verbreiten. Jeder Infekt hat allerdings sein gutes: Der junge Organismus wird trainiert, damit er im Laufe seines Lebens Krankheitserreger immer besser abwehren kann. Bereits im Schulalter bessert sich die Situation allerdings wieder - die Abwehr weiß dann schon besser, wie sie sich gegen viele Viren und Bakterien wehren kann.



Bei Krankheit ist entsprechende Pflege sowie Betreuung notwendig. (Bild: Tomsickova/stock.adobe.com)

Wer soll den Nachwuchs tagsüber betreuen?

Dafür ist es aber wichtig, dass sich das Kind ausruhen kann. Bei einer ernsteren Erkältung muss deshalb Bettruhe eingehalten werden, vor allem natürlich, wenn Fieber aufgetreten ist. Betroffene Sprösslinge sollten keinesfalls eine Betreuungseinrichtung aufsuchen. Einerseits können sie selbst nicht gut regenerieren, andererseits stecken sie mitunter ihre jungen Kollegen an, welche wiederum die Krankheitserreger bei sich zu Hause weiter verteilen. Dem Kind die Erholung zu bieten, die es braucht, ist natürlich für die Eltern nicht immer leicht, schließlich muss eine Person zu Hause bleiben. Grundsätzlich haben Arbeitnehmer Anspruch auf bezahlte Freistellung im Ausmaß von zwei Wochen im Jahr. Das gilt aber nur dann, wenn das Kind jünger als 12 Jahre ist. Umsorgung von nicht leiblichen Kindern - wenn diese in einem gemeinsamen Haushalt leben - ist ebenfalls für zwei Wochen im Jahr möglich. Oft müssen auch die Großeltern anpacken - eine ganz wichtige Stütze! Weiters gibt es österreichweit oder auch für jedes Bundesland Einrichtungen, welche tageweise „Pfleagemamas“ vermitteln.



Besuchen betroffene Sprösslinge trotz Erkrankung eine Betreuungseinrichtung, so besteht ein hohes Ansteckungsrisiko für andere Kinder. (Bild: thingamajigs/stock.adobe.com)

Schon Kleine zum Händewaschen anhalten

Weiters sollte man seinem Nachwuchs in Erkältungszeiten genau auf bestimmte Hygieneregeln hinweisen. Auch schon etwas Größere vergessen nämlich bisweilen rasch, sich öfter als sonst mit Seife die Hände zu waschen oder in den öffentlichen Verkehrsmitteln die Handschuhe anzubehalten. Niesen am besten in die Armbeuge und benutzte Taschentücher sofort in den Müll werfen!

Eva Greil-Schähs, Kronen Zeitung