

## Die Elternselbsthilfeorganisation GEPS

Die Gemeinsame Elterninitiative Plötzlicher Säuglingstod (GEPS) Deutschland e.V. (gegründet 1981) hat es sich unter anderem zur Aufgabe gemacht, betroffenen Eltern Hilfe anzubieten z.B. bei der Trauerbewältigung, in nachfolgenden Schwangerschaften, bei Fragen zum Folgekind. Als Elternselbsthilfeorganisation gibt sie Informationsmaterial heraus, leistet Telefondienst, stellt Rundbriefe zusammen mit den neuesten Aktivitäten, Terminen und wissenschaftlichen Erkenntnissen, vermittelt die Kontaktaufnahme zu ebenfalls Betroffenen und zu professionellen Trauerbegleitern und betreibt aufklärende Öffentlichkeitsarbeit. Hierzu gehört auch die Beratung besorgter Eltern und Interessierter.

Die GEPS organisiert oder vermittelt Säuglingswiederbelebungskurse und veranstaltet Elterntreffen mit verschiedener Thematik, so z.B. Geschwister- und Väter-/Mütter-Treffen oder auch Vorträge von Ärzten, Psychologen und anderen Experten. Der GEPS stehen zahlreiche Fachleute zur Seite. Die kritische Sichtung wissenschaftlicher Informationen sowie internationale Kontakte zu ähnlichen Vereinigungen werden von der GEPS gepflegt.

**GEPS DEUTSCHLAND e.V.**  
**Elternselbsthilfeorganisation**  
**Bundesgeschäftsstelle**  
Fallingbosteler Strasse 20  
30625 Hannover  
Tel/Fax: 0700 / 00002112  
[www.geps.de](http://www.geps.de)

Spendenkonto: 0111 666  
Dt. Bank Esslingen BLZ 611 700 24

**Spenden** an die Elternselbsthilfeorganisation sind steuerbegünstigt

9. Auflage März 2010  
20.000 Stück



**GEPS**

## Struktur der GEPS

GEPS Deutschland e.V. ist der Dachverband der bundesweit tätigen Elternselbsthilfe mit Sitz und der GEPS-Bundesgeschäftsstelle in Hannover. Um die Unterstützung betroffener Familien bundesweit zu gewährleisten und ein engmaschiges Netz von Ansprechpartnerinnen und -partnern für Betroffene zu knüpfen, hat die GEPS Landesverbände aufgebaut.

Die bundesweit flächendeckende Arbeit der GEPS wird von den Landesverbänden in Westdeutschland organisiert durch Übernahme von Patenschaften über ostdeutsche Gebiete

Dieses Infoblatt wurde Ihnen überreicht von:



*Für weitere Informationen  
wenden Sie sich bitte an die GEPS Deutschland e.V.*



**GEPS**



## *Der Plötzliche Säuglingstod*

## Ein noch ungeklärtes Phänomen

In der Bundesrepublik Deutschland fallen jährlich etwa 350 Babys dem Plötzlichen Säuglingstod zum Opfer. Das ist Tag für Tag ein Baby, das dieses Schicksal erleidet. Mit 35 Prozent ist der Plötzliche Säuglingstod die häufigste Todesart im ersten Lebensjahr jenseits der Neugeborenenperiode. Besonders häufig sterben Kinder zwischen dem 2. und 4. Lebensmonat.

In der kälteren Jahreszeit ist das Risiko erhöht. Bei einem Teil der Säuglinge deckt die sorgfältige Obduktion Befunde auf, die den Tod hinreichend erklären, zum Beispiel Erkrankungen des Herzens, des zentralen Nervensystems oder des Stoffwechsels. Bis zu 85 Prozent aller Kinder sterben jedoch ohne erkennbaren Grund.



*Hildegard Jorch*

Hildegard Jorch  
Präsidentin der GEPS-Deutschland e.V.



**GEPS**

## Gibt es besonders gefährdete Kinder?

Jahrelange Forschungen im In- und Ausland führten, statistisch gesehen, zur Eingrenzung einzelner Risikogruppen:

- Säuglinge mit anscheinend lebensbedrohlichen Ereignissen (ALE) ohne klinisch erkennbare Ursache
- Früh- und Neugeborene nach Intensivtherapie, vor allem solche mit bronchopulmonaler Dysplasie (chronische Lungenprobleme nach Beatmung)
- Kinder von drogenabhängigen Eltern
- Kinder mit starkem Untergewicht bei der Geburt
- Mehrlingskinder
- einem unerwarteten und plötzlichen Säuglingstod nachfolgende Geschwister

## Faktoren, die möglicherweise auf eine erhöhte Gefährdung hinweisen

- wiederholtes Blau- oder extremes Blasswerden ohne erkennbare Grunderkrankung
- längere Atempausen während des Schlafens, die - klinisch abgeklärt - mit einem Abfall der Herzfrequenz und des Sauerstoffs im Blut einhergehen
- Nahrungsrückfluss vom Magen in die Speiseröhre (gastro-ösophagealer Reflux)
- schlechte Gewichtszunahme und/oder
- auffallende Entwicklungsverzögerungen
- ungewöhnlich starke Schweißausbrüche während des Schlafes
  - ohne Infektzeichen
  - ohne zu warme Kleidung
  - ohne zu hohe Umgebungstemperatur



**GEPS**

## Kann man das Risiko des Plötzlichen Säuglingstodes mindern?

Kinder der Risikogruppen sollten umfassend untersucht werden, einschließlich einer Polysomnographie. Nach sorgfältiger Abklärung wird man sich eventuell für eine häusliche Monitor-Überwachung entscheiden. Hierzu müssen Eltern in der Wiederbelebung ihres Kindes unterwiesen und anschließend konsequent kinderärztlich betreut werden, zumal auch ein Monitor keine absolute Sicherheit gegen den Plötzlichen Säuglingstod bietet. Alle Eltern sollten ihr Kind im ersten Lebensjahr besonders aufmerksam beobachten und bei Auffälligkeiten kinderärztlich untersuchen lassen. Falls nötig, können individuelle Maßnahmen getroffen werden.

## So senken Sie selbst das Risiko

- Legen Sie Ihr Baby zum Schlafen nur auf den Rücken, es sei denn, wichtige medizinische Gründe sprechen dagegen
- Rauchen Sie nicht während der Schwangerschaft und Stillzeit  
Sorgen Sie für eine rauchfreie Umgebung des Kindes
- Stillen Sie Ihr Baby möglichst die ersten sechs Monate voll
- Vermeiden Sie Überwärmung durch zu warme Kleidung und zu hohe Raumtemperaturen, 16-18°C zum Schlafen sind genug
- Vermeiden Sie eine weiche Unterlage und ein Schaffell im Bett des Kindes
- Verwenden Sie statt einer Zudecke einen auf die Größe und Körpermaße des Kindes angepassten Schlafsack  
*Weitere Infos unter* [www.schlafumgebung.de](http://www.schlafumgebung.de)



**GEPS**