

Wie äußern sich frühkindliche Regulationsstörungen?

Die Symptome einer frühkindlichen Regulationsstörung können je nach Kind und Ausprägung unterschiedlich sein. Sie können sich in Schlafstörungen, Schreiatacken, Unruhe, Hyperaktivität oder Hypoaktivität äußern. Auch Fütterungsprobleme und Schwierigkeiten, sich an neue Situationen anzupassen, können auftreten. Es kann sich auch in Form von Stimmungsschwankungen oder Verhaltensproblemen äußern.

Diese Störungen können sich auf die Lebensqualität des Kindes und die Beziehung zu seinen Bezugspersonen auswirken.

Was sind die Ursachen?

Die Ursachen von frühkindlichen Regulationsstörungen sind komplex und können durch eine Vielzahl von Faktoren beeinflusst werden, wie z.B. genetische Veranlagung, pränatale Bedingungen, Geburtserlebnisse, Umweltfaktoren oder psychosoziale Stressoren. Eine überstimulierte Umgebung oder ein Mangel an Reizen können dazu führen, dass ein Kind Schwierigkeiten hat, seine Emotionen und sein Verhalten zu regulieren.



Ergotherapie in der Pädiatrie

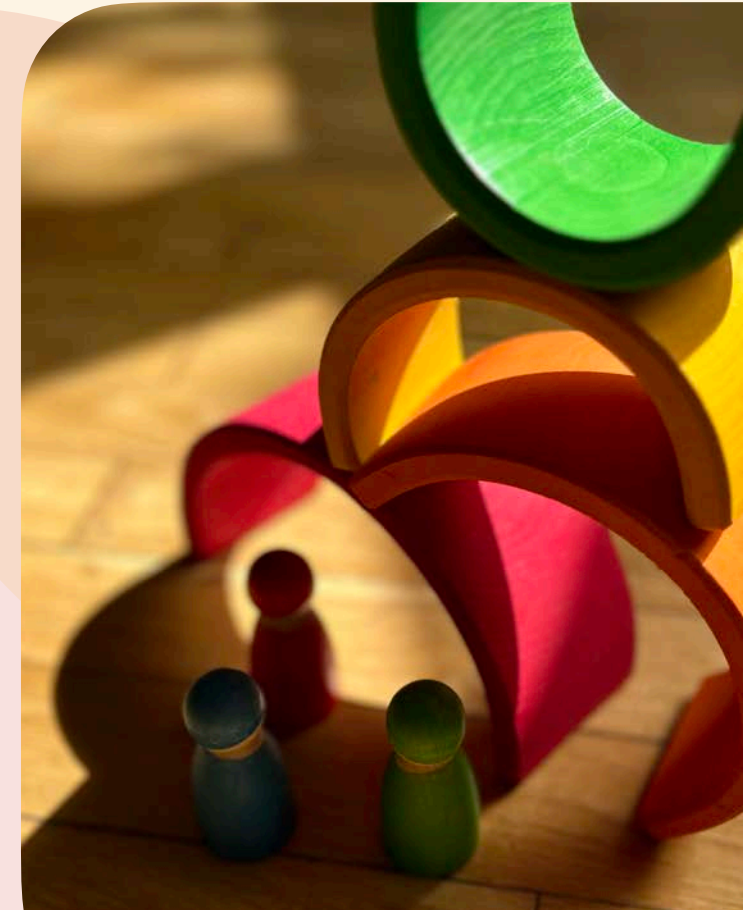


Frühkindliche Regulationsstörungen

Vorteile der Ergotherapie bei frühkindlichen Regulationsstörungen:

Die Ergotherapie hat viele Vorteile bei der Behandlung von frühkindlichen Regulationsstörungen. Sie fördert die kognitive und motorische Entwicklung des Kindes, verbessert seine Regulationsfähigkeit und stärkt das Selbstbewusstsein. Die Eltern lernen, wie sie ihr Kind bestmöglich unterstützen können und werden in ihrer Rolle als Expert*innen für ihr Kind gestärkt. Der Alltag wird gemeinsam analysiert, bei Bedarf werden feste Tagesabläufe und Rituale erarbeitet.

Ergotherapeut*innen arbeiten auf ärztliche Verordnung und stehen mit der*dem behandelnden Kinderärztin*arzt in engem Austausch.



Frühkindliche Regulationsstörungen

Frühkindliche Regulationsstörungen sind bei Säuglingen und Kleinkindern keine Seltenheit. Betroffene Kinder zeigen Verhaltensauffälligkeiten bei alterstypischen Entwicklungsaufgaben. Eltern fühlen sich oft hilflos und überfordert; der Alltag wird dadurch stark beeinflusst. Es kann zu einer schwierigen Interaktion zwischen Eltern und Kind kommen, die die Problematik sogar verstärken kann.

Was ist eine frühkindliche Regulationsstörung?

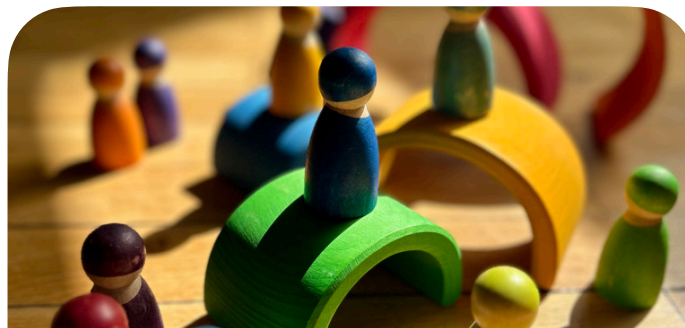
Frühkindliche Regulationsstörung (engl. "early regulatory disorder" oder "early regulatory dysfunction") ist ein Begriff, der verwendet wird, um eine Vielzahl von Symptomen zu beschreiben, die bei Säuglingen und Kleinkindern auftreten können, wenn sie Schwierigkeiten bei der Selbstregulation haben, d.h. die Fähigkeit, ihre Aufmerksamkeit, Emotionen, Verhaltensweisen und körperlichen Reaktionen in einem geeigneten Maße zu steuern.

Es wird zwischen zwei Arten von Regulationsstörung unterschieden:

- Typ A Regulationsstörung ohne Störung der sensorischen Verarbeitung
- Typ B Regulationsstörung mit Störung der sensorischen Verarbeitung

Wie kann Ergotherapie bei frühkindlichen Regulationsstörungen helfen?

Ergotherapeut*innen sind speziell ausgebildet, Kinder und Eltern bei der Bewältigung von Alltagsaufgaben zu unterstützen. Sie setzen dabei auf spielerische Elemente und gezielte Übungen, die die körperliche und kognitive Entwicklung des Kindes fördern. Bei frühkindlichen Regulationsstörungen kann die Ergotherapie dabei helfen, das Kind zu beruhigen, seine Sinne zu regulieren und seine Emotionen zu kontrollieren. Die Eltern werden in den Therapieprozess stark miteinbezogen, sie kennen die Stärken und Schwächen ihres Kindes sowie seinen Alltag am besten. In der Therapie werden gemeinsam Ziele gesetzt an denen Eltern und Therapeut*in arbeiten. Hierfür wird unter Anderem den Eltern der Umgang mit ihrem Kind vermittelt, um Strategien und Handling in den Alltag zu übertragen und ihr Kind bestmöglich zu unterstützen. Außerdem wird gemeinsam überlegt, welche Möglichkeiten der Entlastung geschaffen werden können.



Verordnungsgründe für Ergotherapie bei Säuglingen und Kleinkindern

Bis zum 3. Monat

- Frühgeburtlichkeit
- Unruhe/vermehrtes Schreien
- Tagsüber Schlafprobleme

3. bis 6. Monat

- Unruhe/vermehrtes Quengeln
- nicht gut in Bewegung kommen

7. bis 12. Monat

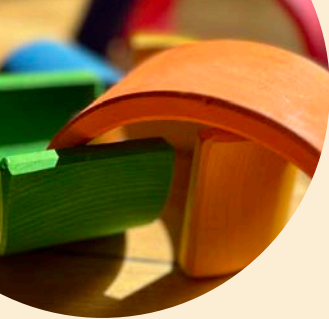
- Schlafstörungen
- Fütterungsstörungen

Ab dem 12. Monat

- Trennungängste
- exzessive Wutanfälle
- oppositionelles Verhalten
- Probleme mit Situationswechseln
- Spielunlust

Die Diagnose einer frühkindlichen Regulationsstörung erfordert eine gründliche Untersuchung durch eine*n Fachärztin*arzt. Es können verschiedene Diagnoseverfahren wie Fragebögen, Beobachtungen, Videoanalysen oder Tests zur Anwendung kommen.





Unruhe beim Kind?

Das kann helfen:

1. Struktur und Routine

Versuchen Sie, für Ihr Kind eine klare Struktur und Routine zu schaffen, um so Sicherheit und Stabilität zu geben. Erstellen Sie einen regelmäßigen Tagesablauf und halten Sie sich daran.

2. Reizarme Umgebung

Vermeiden Sie unnötige Reize und schaffen Sie eine ruhige, entspannende Umgebung für Ihr Kind. Reduzieren Sie z.B. Lärm, Helligkeit oder Hektik im Alltag und vermeiden Sie vestibuläre Überstimulation (z. B. viele Lagewechsel, häufiges oder langes Autofahren).

3. Ausgewogene Ernährung

Achten Sie darauf, dass Ihr Kind ausgewogen und gesund isst. Eine gute Ernährung kann die kognitive und körperliche Entwicklung fördern und die Regulation des Körpers unterstützen.

4. Regelmäßige Schlafenszeiten

Sorgen Sie für regelmäßige Schlafenszeiten, um Ihrem Kind eine gesunde Routine zu geben und ihm zu helfen, sich zu entspannen und besser zu schlafen.

Finden Sie eine Art der Einschlafbegleitung, die Ihrem Kind Geborgenheit und Sicherheit vermittelt und ihm erlaubt, sich entspannt zu erholen.

5. Bewegung und Aktivität

Fördern Sie die Bewegung und Aktivität Ihres Kindes. Gezielte Bewegungsübungen, Spiele und sportliche Aktivitäten können die körperliche und geistige Entwicklung unterstützen und dem Kind helfen, sich besser zu regulieren.

6. Förderung der Sinne

Ergotherapie kann helfen, die Verarbeitung von Sinnesreizen zu verbessern und das Kind dabei unterstützen, seine Wahrnehmung und Motorik zu entwickeln. Dazu werden gezielte Übungen zur Förderung der Sinneskanäle wie dem Gleichgewicht, Tasten oder Hören eingesetzt. Spiele oder handwerkliche Tätigkeiten unterstützen die Integration verschiedener Reize.

7. Gestaltung des Kontakts

Kinder benötigen in der Kommunikation deutliche Signale. Aufmerksamkeitsfördernde Sprachweisen wie z.B. Ammensprache, Baby-Talk, deutliche und positive Mimik, Spiegelung und Nachahmung der Babylaute unterstützen einen guten Kontakt. Körper- und Blickkontakt setzen das Hormon Oxytocin frei, welches unter anderem Stressabbau begünstigt.

8. Wichtig

Entlasten sie sich und schaffen Sie ein Hilfesystem: Bitten Sie Freund*innen und Familie um Unterstützung. Nehmen Sie Kontakt auf zum Familienzentrum vor Ort. Sprechen Sie mit Ihrer*m Kinderärztin*arzt oder Ergotherapeut*in.

Tauschen Sie sich mit anderen Eltern aus. Nehmen Sie sich, sofern möglich, regelmäßig Pausen und Auszeiten um neue Energie zu tanken. Achten Sie auf Ihre eigenen Bedürfnisse.

