

# Sanfte Medizin: Wie viel für Kinder?

Über die ideale Dosierung von Medikamenten sowohl der Schul- wie der Komplementärmedizin fehlen meist Untersuchungen an Kindern – auch aus ethischen Gründen. Die für Erwachsene ermittelte Arzneimitteldosen müssen daher für die kleinen Patienten heruntergerechnet werden. Am empfehlenswertesten ist das Anpassen anhand der Körperoberfläche.

Jürg Lendenmann

Erkrankungen von Kindern werden, sofern möglich, statt mit Arzneien der Schulmedizin gerne mit komplementärmedizinischen Mitteln behandelt. Der Grund: Die Präparate der Naturmedizin zeichnen sich generell durch weniger und leichtere Nebenwirkungen aus.

Wenn immer möglich sollte bei Bagatellerkrankungen ganz auf eine medikamentöse Behandlung verzichtet werden; es wäre zu prüfen, diese Option auch in die Beratungsgespräche einfließen zu lassen. Denn leichte Erkrankungen vermag das Kind oft mit Zuwendung, Aufmerksamkeit, Ruhe und Hausmittelanwendungen wie Wickel oder Wasseranwendungen zu überstehen; auf diese Weise lernt es, dass nicht bei jedem Wehwehchen gleich eine Pille geschluckt werden muss.

## Kinder sind keine kleinen Erwachsenen

Soll ein komplementärmedizinisches Medikament verabreicht werden, stellt sich – wie bei schulmedizinischen Arzneien ebenso – die Frage: Wie dosiere ich richtig? Denn zum einen liegen auch wegen ethischer Fragen nur verhältnismässig wenig Arzneimittelstudien mit Kindern vor. Dieses Manko ist für viele ein Grund, altbewährte Arzneien vorzuziehen, da bei ihnen der Erfahrungsschatz auch bei der Anwendung bei Kindern grösser ist.

Zum anderen kann die in klinischen Studien mit erwachsenen Probanden ermittelte Dosis nicht problemlos auf die Bedürfnisse eines Kindes heruntergerechnet werden. Denn Kinder sind nicht einfach «kleine Erwachsene». Vom Organismus eines Erwachsenen unterscheidet sich der eines Kindes umso mehr, je jünger es ist: Der Körperwasseranteil ist grösser und der Fettanteil kleiner, die Haut zeigt eine höhere Penetration und Resorption, das Immunsystem ist noch nicht ausgereift und Moleküle können anders transportiert und ausgeschieden werden.

Weil sich die für die Dosierung eines Wirkstoffs wichtigen pharmakokinetischen Parameter wie Absorption, Verteilung, Elimination von Arzneistoffen während des Heranwachsens massiv ändern, sollten Dosisanpassungen nicht nach dem Alter vorgenommen werden. Geeigneter ist das Anpassen nach Gewicht. Vorzuziehen ist jedoch eine Umrechnung nach der Körper-

fläche, denn sie stellt einen besseren Massstab für den Verteilungsraum Extrazellularraum dar. Für die Berechnung der Körperoberfläche stehen über 60 verschiedene Formeln wie die von Du Bois&Du Bois und Mosteller zu Verfügung.

## Komplementärmedizin richtig dosieren

Bei der Einnahme von komplementärmedizinischen Präparaten sollten generell Anwendungs- und Dosierungsanweisungen des Herstellers beachtet werden. Fehlen diese, lassen sich nützliche Dosierungsempfehlungen in Werken wie «Komplementärmedizin für Kinder»<sup>1</sup> (s. Kasten) und «Kinder sanft und natürlich heilen»<sup>2</sup> finden:

### Phytotherapeutika

Vorsicht ist bei Pflanzenauszügen oder -ölen geboten, die allergische Reaktionen auslösen können. Tinkturen (Alkoholgehalt) und ätherische Öle sollten erst bei Kindern ab 2 Jahren angewendet werden. Ätherische Öle dürfen nicht in die Augen gelangen.

### Homöopathika

Empfehlenswert sind Einzelarzneien in Form von Globuli.

■ Sehr akuter Zustand: alle halbe Stunde 1 Gabe\* bis zur Besserung, die nach 12–24 Stunden eintreten sollte.

■ Akuter Zustand: alle 1–2 Stunden 1 Gabe\* bis zur Besserung. Ist nach 12–24 Stunden keine Besserung eingetroffen: Mittelwechsel (wenn verantwortbar) oder Arztbesuch, v. a. bei Verschlimmerung.

■ Weniger akuter Zustand: 2–3 × täglich eine Gabe\*. Eine Besserung sollte nach ca. 3 Wochen eintreten.

\*1 Gabe entspricht

Säuglinge (0–1 Jahre): 1–2 Globuli

Kleinkinder (1–5 Jahre): 3 Globuli

Schulkinder und Erwachsene: 5 Globuli, 5 Tropfen, 1 Tablette

### Schüsslersalze

■ Prophylaxe: 3–5 Tbl./Tag

■ Belastungssituationen: mind. 12 Tbl./Tag

■ Akute Störungen: alle 5 min 1 Tbl. lutschen; bis 30 Tbl./Tag

■ Chronische Erkrankungen: 7–12 Tbl./Tag über längere Zeit

## Spagyrika

Da spagyrische Essenzen rund 20 Prozent Alkohol enthalten, sollten sie bei Kindern unter einem Jahr nur äusserlich angewendet werden.

■ Kinder von 1–5 Jahren: bei starken Beschwerden 1 Sprühstoss stündlich in den Rachen, sonst 3 × 1 Sprühstoss äusserlich.

■ Kinder von 6–12 Jahren: bei starken Beschwerden 4 Sprühstösse stündlich, sonst 3 × 2 Sprühstösse pro Tag in den Rachen.

## Rechtzeitig zum Arzt

Tritt trotz der Behandlung keine Besserung auf oder verschlechtert sich der Zustand des Kindes, sollte ein Arzt aufgesucht werden. ■

### Quellen

- 1 Birgit Emde, Michaela Glöckler, Daniela Haverland, Margit Müller-Frahling, Margit Schlenk: Komplementärmedizin für Kinder. Beratungsempfehlungen für die Selbstmedikation. 2012, Wissenschaftliche Verlagsgesellschaft, ISBN 978-3-8047-3042-7.
- 2 Ruth Jan: Kinder sanft und natürlich heilen. 2., aktualisierte Auflage, Juni 2013, Beobachter-Edition, ISBN 978-3-8047-3042-7.

## OTX World Buch-Tipp

### Komplementärmedizin für Kinder



Birgit Emde, Michaela Glöckler, Daniela Haverland, Margit Müller-Frahling, Margit Schlenk

ISBN 978-3-8047-3042-7

Erschienen 2012

CHF 35.50

Jetzt bestellen unter  
[www.otxbookshop.ch](http://www.otxbookshop.ch).