



PRESSEMITTEILUNG

Harzkl.linikum Dorothea Christiane Erleben • D. itfurter Weg 24 • 06484 Quedlinburg

Saunabesuche sind für Kleinkinder unbedenklich, werden Regeln beachtet

Ihr Zeichen	Ihre Nachricht	Unser Zeichen	Durchwahl	Datum
		UK/tk	- 17 02	12. 01. 2018

Auf die Anfrage der MZ-Lokalredaktion zu möglichen medizinischen Bedenken im Zusammenhang von Saunabesuchen von Kleinkindern gibt Dr. Henning Böhme, Chefarzt der Klinik für Kinder- und Jugendmedizin am Harzkl.linikum Dorothea Christiane Erleben, folgende Antwort .

Quedlinburg. Es gibt keine allgemeingültigen Vorgaben für den Saunabesuch von Säuglingen und Kleinkindern in Deutschland. Dr. Henning Böhme, Chefarzt der Klinik für Kinder- und Jugendmedizin am Harzkl.linikum Dorothea Christiane Erleben: „Die wohl einschlägigsten Erfahrungen über Saunabesuche von Kleinkindern und Säuglingen haben angesichts der Verbreitung des Saunierens in Skandinavien die finnischen ärztlichen Kollegen. Aus einer finnischen Dissertation (E. Jokinen: Childrens physiological adjustment during finnish sauna bath) lassen sich am ehesten folgende Empfehlungen ableiten.

Für Kinder über 2 Jahre ist der regelmäßige Saunabesuch sicherlich unbedenklich, wenn sich die Mädchen und Jungen nur so lange in der Sauna aufhalten, wie sie sich wohlfühlen; für fünf und höchstens zehn Minuten.“

Für die ersten Saunagänge ist eine Zeit von etwa 3 Minuten ausreichend.

Die Kinder sollten dabei immer von Erwachsenen begleitet werden und auf den unteren Stufen der Sauna sitzen. Außerdem ist auf eine ausreichende Flüssigkeitszufuhr rund um die Saunaperiode zu achten.

„Kindern mit Fieber, Durchfallerkrankungen und bestimmten Herzfehlern ist hingegen wegen ihrer eingeschränkten Kreislauf-Leistungsfähigkeit von einem Saunabesuch generell abzuraten“, warnt Chefarzt Dr. Henning Böhme. (tk)



Bildunterschrift: Dr. med. Henning Böhme, Chefarzt der Klinik für Kinder- und Jugendmedizin am Harzkl.linikum Dorothea Christiane Erleben. Foto: Tom Koch / Harzkl.linikum

Harzkl.linikum
Leiter
Unternehmenskommunikation
Pressesprecher

Ditfurter Weg 24
06484 Quedlinburg

Tom Koch
Telefon (0 39 46) 909 - 17 02

tom.koch@harzkl.linikum.com

Gesundheit braucht Kompetenz