



## Großer Andrang

Fast 1000 Besucher haben sich über die Arbeit im Luftrettungszentrum informiert.

► Seite 19

# Keine Angst vorm Kinderarzt

**GESUNDHEIT** Kinder- und Jugendmediziner Christoffer Krug veröffentlicht Bilderbuch „Paul sagt: AAAHHH“ / Ratgeber für Eltern enthalten

Von Jasmin Mosel

**GIESSEN-WIESECK.** Kranksein ist ohnehin nie schön. Und dann kommen noch fremde Menschen, merkwürdige Geräte und vielleicht sogar fiese Spritzen dazu: Kein Kind ist wohl begeistert, wenn ein Arztbesuch ansteht. Auch Dr. Christoffer Krug, Facharzt für Kinder- und Jugendmedizin, erlebt das in seiner Gießener Praxis häufig. Dabei gibt es einfache Tricks, um den Kinderarztbesuch entspannter zu gestalten und den kleinen Patienten ein großes Stück Angst zu nehmen. Über seine Erfahrungen hat der Mediziner und Hobbyautor nun ein Kinderbuch geschrieben. „Paul sagt: AAAHHH“ zeigt, dass ein Arztbesuch mitunter sogar Spaß machen kann, und enthält auch einen Ratgeber für Eltern.

Affenjunge Paul wacht mit Halschmerzen und Fieber auf. Als es ihm auch am nächsten Tag nicht besser geht, bringen ihn seine Eltern in die Baumhaus-Praxis von Dr. Silberbart. Denn der kann zwei Sachen besonders gut: „1. Kinder gesund machen. 2. Mit kranken Kindern Quatsch machen und sie zum Lachen bringen.“ Aber die ungewohnte Umgebung schüchtert das Äffchen ein. Die U7, also die Routineuntersuchung bei etwa zweijährigen Kindern, markiere hier einen kritischen Punkt, erläutert Krug. „Die Kinder entwickeln in dieser Zeit ein starkes Autonomiebestreben, werden dickköpfiger und auch ängstlicher. Sie sind nicht heiß darauf, in eine fremde Umgebung zu kommen, wo ein fremder Mensch sie auch noch untersuchen möchte.“

Da setzt „Paul sagt: AAAHHH“ an. Der Arztbesuch bei Dr. Silberbart ist nämlich ganz anders, als der Affenjunge erwartet hat. „Das Buch greift auf, was mir am Herzen liegt“, so der Autor, „wie man Kinder gut und behutsam untersuchen kann, damit sie angstfrei zum Kinderarzt gehen können.“ Und Dr. Silberbart macht in seiner Dschungelpraxis direkt etwas ganz Wichtiges: „Er geht auf Augenhöhe mit dem

» Es ist wichtig, dass die Kinder mit einem Erfolgserlebnis nach Hause gehen. «

Christoffer Krug, Facharzt für Kinder- und Jugendmedizin

Patienten und schaut ihn nicht von oben herab an“, erklärt der Mediziner, dessen eigene Behandlungsmethoden sich in der Figur des Dr. Silberbart widerspiegeln. Auch in Krugs Praxis dürfen die Kinder während der Behandlung auf dem Schoß der Eltern sitzen bleiben. „Ich gucke mir die Kinder an, wo sie sich wohlfühlen“, sagt der dreifache Vater, „dafür müssen



Will mit seinem Kinderbuch zeigen, dass ein Besuch beim Kinderarzt auch Spaß machen kann: Dr. Christoffer Krug. Foto: Mosel

sie nicht auf einer Liege sitzen.“ Wie auch den Kindern in der Gießener Praxis, werden Paul bei seinem Dschungelarzt alle Untersuchungsgeräte erklärt.

Einen besonderen Trick wendet Krug, der ebenso wie der Affendoktor während der Behandlung Lieder singt, beim Otoskop, mit dem in die Ohren geleuchtet wird, an. „Als besonderen Gag lasse ich die Kinder die Lampe auspusten. So bekomme ich schon Zweijährige aus der Reserve gelockt und dadurch, dass sie mir helfen dürfen, sind wir sofort ein kleines Team.“

Das titelgebende „AAAHHH“ sagen, komme von dem Part, den Kinder bei der Untersuchung oft am ekeligsten fän-

den, erzählt Krug aus seiner Praxis. Doch das Stäbchen im Rachen sei häufig gar nicht nötig, wenn die Kinder das weite Öffnen des Mundes und das „AA-AHHH sagen“ schon zu Hause geübt hätten. Und auch ein Perspektivwechsel hilft. Dafür verwendet Krug in seiner Praxis Plastik- statt Holzstäbchen, die zum Spielen mitgenommen werden dürfen. „Wenn die Kinder dann selbst Mama oder Papa untersuchen, rutschen sie in die Position des Machenden, was erheblich hilft, den Kinderarztbesuch zu verarbeiten.“

Auch Paul geht es am Ende wieder gut. „Es ist wichtig, dass die Kinder mit einem Erfolgserlebnis nach Hause gehen“, fasst der Kinderarzt zusammen. Natürlich sei es im Praxisalltag, wo man mitunter aufpassen müsse, keine „Fließbandmedizin“ zu betreiben fast schon

eine „Quadratur des Kreises“, sich trotzdem Zeit für individuelle Sorgen zu nehmen, berichtet Krug, der sich während eines Lehrauftrages an der Justus-Liebig-Universität unter anderem intensiv mit Empathie in der Medizin und Arzt/Patientenkontakten auseinandergesetzt hat. „Arzt sein, aber Mensch bleiben – das ist mir wichtig. Und die Investition in ein gutes Vertrauensverhältnis zahlt sich letztlich immer aus.“

## INFO

► „Paul sagt: AAAHHH“ von Dr. Christoffer Krug mit Illustrationen von Ina Worms erscheint am 15. Juni 2018 im Lemming Verlag. Das Buch ist bei Amazon, Thalia und im Spielwarengeschäft „Fuhr“ erhältlich. (jmo)