

## Elternmerkblatt

# Affektkrämpfe



### Was sind Affektkrämpfe?

Affektkrämpfe treten bei kleinen Kindern auf und werden durch überschüssende Wutausbrüche oder andere heftige Gefühlsregungen (z.B. Wut, Schmerz, Enttäuschung, Erschrecken) ausgelöst.

Anfangs weinen die Kinder meist heftig und halten dabei unbewusst die Luft an. Dies kann für einen kurzen Moment zu Bewusstseinsverlust führen, aber löst nie einen gefährlichen Sauerstoffmangel aus. Auf Eltern können Affektkrämpfe äusserst bedrohlich wirken. Zum Beispiel kann es sein, dass Kinder eine leicht bläuliche Gesichtsfarbe annehmen. In seltenen Fällen können zuckende Bewegungen der Arme und Beine auftreten, die einem epileptischen Anfall ähneln. Nach dem Ende des Anfalles sind die Kinder innerhalb kürzester Zeit wieder im Verhalten unauffällig. Typischerweise treten Affektkrämpfe im Alter von 6 Monaten bis 2 Jahren auf.

Der Arzt/die Ärztin kann einen Affektkrampf in den meisten Fällen alleine durch den typischen Ablauf des Ereignisses feststellen. Weiterführende Abklärungen sind nicht notwendig oder hilfreich.

### Sind Affektkrämpfe gefährlich?

Affektkrämpfe sind nicht gefährlich und hinterlassen keine bleibenden Schäden.

### Was kann ich vorbeugend tun?

Einem Affektkrampf kann man nicht vorbeugen und sie treten bei vielen Kindern auf. Sie wachsen sich nach dem Alter von 2 Jahren selbstständig aus.

Während eines Wutanfalls (oder bei sich anbahnenden Krämpfen) kann es helfen das Kind durch Körperkontakt oder gut zureden zu beruhigen oder Abzulenken. Diskutieren ist oft wenig hilfreich. Oftmals ist das Kind mit der Situation überfordert und das Kind führt diese Krämpfe nicht absichtlich herbei.

## Notfallmassnahmen

- Bei einem Affektkrampf Ruhe bewahren.
- Bei einem drohenden Affektkrampf: Ruhe bewahren und ihr Kind ablenken, oder durch Körperkontakt beruhigen.

Weitere Informationen:

Inselspital Notfallzentrum für  
Kinder und Jugendliche  
CH 3010 Bern

[www.kindernotfallzentrum.insel.ch](http://www.kindernotfallzentrum.insel.ch)