

GESUNDHEITSTIPP

Bauchschmerzen – mal weniger schlimm

Von Dr. Volker Soditt

Akute Bauchschmerzen können ein Alarmsymptom sein, das auf eine ernste Erkrankung in der Bauchhöhle hinweist. Jeder Kinderarzt oder Chirurg denkt unter anderem an eine Blinddarmentzündung, wenn sich ein Kind mit akut aufgetretenen Bauchschmerzen vorstellt. Häufiger sind jedoch Erkrankungen, die im Verlauf auch Bauchschmerzen machen, auch manchmal heftige. An erster Stelle sind die häufigen Magen-Darm-Grippen zu nennen. Es sind meist virale Erkrankungen, die zu einer gesteigerten Absonderung von Darmflüssigkeit und zu einer verminderten Wiederaufnahme führen. Die wellenförmigen Darmkontraktionen, die den Stuhl in Richtung Ausgang schieben, sind unkoordiniert und laufen zum Teil gegeneinander. Das und der voluminösere Darminhalt führen zu Schmerzen in der Darmwand und zu Unwohlsein. Meist verschwinden die Symptome, wenn sich der Darm entleert hat und nicht zu schnell mit neuer Nahrung belastet wird.



Dr. Volker Soditt ist Chefarzt der Kinderklinik am Klinikum Solingen. Foto: Süleyman Kayaalp

KINDERMUND

Die Würstchen in der Toilette

Diese Anekdote schickte uns Helma Wendler: „Unser vierjähriger Enkel Robin war bei uns zu Besuch, als er nötig zur Toilette musste. Als er fertig war, bestaunte ich sein Geschäft und sagte: ‚Guck mal, fünf kleine Würstchen in der Toilette.‘ Da drehte sich Robin um und blickte in die Toilette und sagte: ‚Oh ja Oma, eine ganze Familie.‘“

Haben Sie auch eine Geschichte aus Kindermund in petto? Dann freuen wir uns über Ihre Zuschrift an: Remscheider General-Anzeiger, Alleestraße 77-81, 42853 Resmcheid
 @redaktion@rga-online.de

Ziegen und Schafe sorgen für Erholung

Silke Bergmann bietet tiergestützte Therapie in Dabringhausen an. Sie hat gerade ein neues Gelände bezogen.

Von Melissa Wienzek

In der roten Schale entsteht ein Kopf-an-Kopf-Rennen: Burenziege Vincent und das gescheckte Bergschaf Greta kabbeln sich um die Möhrenstückchen, die Joel (8) und Levi (6) gerade geschmibbelt haben. Jeder will der Erste sein. „Hey, ihr seid frech!“, sagt Levi und nutzt die Gelegenheit zum ausgiebigen Streicheln von Gretas Rücken. „Die sind ja ganz nass“, befundet er. „Das macht ihnen aber gar nichts aus“, erklärt ihm Silke Bergmann. „Sie haben eine fettende Hautschicht, die den Regen abhält.“

Während Vincent und Greta ihr Mittagessen verspeisen, pirscht sich von rechts der nächste Kandidat heran: Schafmama Edda findet die Graspellets auf Joels Hand interessant. Gut, dass Joels und Levis Mama Claudia sofort für Nachschub sorgt. Die drei Ziegen und drei Schafe haben keinerlei Berührungängste – und das sollen sie auch nicht. Denn sie sind tierische Therapeuten.

Die Remscheiderin Silke Bergmann bietet unter dem Namen „Fit dank Hund“ tiergestützte Therapie an. Mit ihren beiden Hunden Hermine und Jerry Lee ist sie seit zwei Jahren im Sana, in Schulen und in Seniorenheimen im Einsatz, nun hat sie ihren „Mitarbeiterstamm“ erweitert. Auf ihrem neuen Gelände in Wermelskirchen-Schürholz in Dabringhausen kommen nun auch Ziegen und Schafe zum Einsatz. Das ein Hektar große Gelände mitten in der Natur bietet zudem viele Möglichkeiten.

Familien und Kinder sollen in Schürholz entschleunigen

Zum Beispiel für Tierpatenschaften. Joel und Levi reisen dafür extra mit Mama Claudia aus Erkrath an. Einmal pro Woche besuchen sie ihr Patenschaf Fine, füttern es, streicheln es und verbringen eine gute Zeit an der frischen Luft – ohne technische Geräte, dafür aber mit Gummistiefeln und viel Spaß. Silke Bergmann fördert das mit ihren Angeboten.

Der 34-Jährigen ist es wichtig, dass Familien entschleunigen – auch Kinder seien heutzutage gestresst, was nicht selten zu Depressionen führe. „Jeder ist in Hetze, alles ist so schnelllebig. Kinder müssen dabei oft wegstecken.“ Tierpatenschaften, Geburtstagsfeiern unter freiem Himmel oder Erlebniszeiten auf der Wiese seien ein guter Ausgleich. „Ich möchte den Kindern nicht nur zeigen, dass es wichtig ist, sich zu bewegen, sondern ihnen Verantwortung übertragen.“ Möhren klein schneiden, Heu



Joel (8, links) und Levi (6) haben Spaß im Gehege – auch Mama Claudia (r.) hilft beim Füttern. Die Schafe und Ziegen lassen sich gern streicheln – sind aber auch sehr neugierig, was sich im Eimer birgt. Joel und Levi haben eine Tierpatenschaft bei Silke Bergmann für Fine (vorn) übernommen. Fotos: Melissa Wienzek



Silke Bergmann mit ihren Therapie- und Begleithunden Hermine (Australian Shepherd, links) und Jerry Lee (Border Collie). Foto: Rolf Bornmann

in einen Eimer packen und nachsehen, ob die Tiere genügend Wasser haben – das gehört zum Landleben dazu, und das sollen die Kinder in Schürholz lernen. Positiver Effekt sei neben der Förderung des emotionalen Wohlbefindens die Stärkung des Selbstwertgefühls. Natürlich dürfen Edda, Nobbi, Greta, Vincent, Fine und Kasimir ausgiebig gestreichelt werden. Zudem gibt es Tee und Kuchen für die Kinder, mal wird gebastelt, mal zeigen die Hunde Hermine und Jerry Lee ein paar Tricks. Auch für Kin-

der mit Behinderung sei die Wohlfühlzeit gut geeignet, sagt Bergmann, die die Ressourcen der Natur schätzt.

Demenzpatienten freuen sich über Besuch von Hermine und Jerry Lee

Auch Senioren seien willkommen. „Jeder, der Spaß an den Tieren hat und offen dafür ist, darf sich die Gummistiefel anziehen und uns besuchen.“ Aber vorher anmelden. Mit der Hastener Altenhilfe hat Bergmann beispielsweise eine Kooperation, die Stadt Remscheid unterstützt „Fit dank Hund“.

ANGEBOTE FÜR FAMILIEN AUF DEM NEUEN GELÄNDE

PATENSCHAFT Familien können für eine Ziege oder ein Schaf eine Patenschaft übernehmen. Einmal pro Woche besuchen sie ihr Patentier, versorgen es oder gehen mit ihm spazieren. Kosten: 15 Euro pro Monat, Getränke und Kuchen sind inklusive.

GEBURTSTAG Kinder können in Wermelskirchen-Schürholz einen tierischen Geburtstag mitten in der Natur feiern. Als Gäste sind Ziegen, Schafe und Hunde dabei. Dazu gibt es ein kindgerechtes Programm. Natürlich werden auch die Tiere versorgt. Kosten: 170 Euro für drei bis vier Stunden. Sechs bis acht Kinder

inklusive Begleitperson können mitfeiern. Tipp: frühzeitig buchen.

OFFENE ERLEBNISZEIT Dies beinhaltet das Füttern und das Streicheln der Ziegen und Schafe. Die Erholung steht im Mittelpunkt. Eintritt: fünf Euro pro Familie. Die nächste Erlebniszeit gibt es am Samstag, 23. November, 11 bis 15 Uhr. Für das leibliche Wohl wird gesorgt. Silke Bergmann zeigt zudem Tricks mit den Hunden.

ANMELDUNG Für alle Termine bitte anmelden: ☎ (01 77) 8 55 30 63 oder im Internet.

@fitdankhund.de

REZEPT

Stielmus sind wieder gefragt

Von Ruth Dinow

Das Rezept mit der alten Gemüsesorte stammt aus dem Heft der Reihe „Bergisches auf den Teller“. Zwei Ausgaben der AG Konsum und Ernährung sind über die Verbraucherzentrale gratis erhältlich.

Zutaten: 1 kg Stielmus, 1 kg mehliges Kartoffeln, 50 g fetten Speck, 2 Zwiebeln, 1 Knoblauchzehe, Gemüsebrühe, Pfeffer, Salz

Zubereitung: Speck, Knoblauch und Zwiebeln würfeln und in einem Topf auslassen. Das klein geschnittene Gemüse hinzugeben, mit Salz und Pfeffer würzen. Normalerweise werden nur die Stiele verwendet, man kann aber auch ein paar Blätter hinzugeben. Mit etwas Wasser oder Gemüsebrühe dünsten. Nach 20 Minuten gewürfelte Kartoffeln hinzugeben und 25 Minuten weiter leicht köcheln. Nach Geschmack können noch Mettwurstchen hinzugegeben werden (vor dem Stampfen hinausnehmen). Mit dem Stampfer alles durchstampfen, dann mit der Mettwurst servieren.



Das Heft gibt es bei der Verbraucherzentrale. Foto: VBZ

TIPP

Wer möchte nachts das Museum erkunden?

Einmal das Werkzeugmuseum im Dunkeln zu erleben, ist schon etwas Besonderes. Aber dabei auch noch vom Nachtwächter geführt zu werden, das hat man nicht jeden Tag. Ganz verrückt wird es, wenn der Nachtwächter auch noch Balduin Keks heißt und ein Hund ist. Am Freitag, 15. November, um 17 Uhr ist es wieder soweit. Das Angebot von Markus Heip richtet sich natürlich besonders an Kinder, aber auch für Erwachsene ist es spannend. Tipp: schnell bis 13. November anmelden, denn die Veranstaltung ist beliebt. Und unbedingt an Keks denken, darüber freut sich Balduin besonders. Anmeldung: ☎ (0 21 91) 16 25 19 oder per E-Mail. red

@Werkzeugmuseum-Hiz@remscheid.de



Burenziege Nobbi ist ein witziges Kerlchen.

Kübelweise Liebe: Der Kleine nutzt den Tag, der Große den Abend

RGA-Redakteur Gunnar Freudenberg erzählt immer samstags vom Alltag mit seinen Söhnen Hannes (4 Jahre) und Michel (1 Jahr).

Das war eine Michel-Woche! Weil ich ein paar freie Tage genießen durfte und Hannes ganz normal weiter in den Kindergarten gehen wollte, konnte ich richtig viel Zeit mit dem Jüngsten (und der Mama) verbringen. Wurde auch mal wieder Zeit, denn Michel hat gerade eine kleine Papa-Phase und schüttet kübelweise Liebe über mich aus.

So auch in dieser Woche: Keine Tränen mehr am Morgen, weil Papa zur Arbeit fährt. Stattdessen lautet sein Motto: Carpe diem! Lass uns den Tag nutzen, Papa! Und ich staune wieder einmal, welche Metamorphose er in den vergangenen Wochen hingelegt hat.



Wenn Michel es ruhiger angehen möchte, holt er ein Buch aus dem Schrank und setzt sich auf Papas Schoß. Sehr beliebt: „Michel aus Lönneberga“. Foto: gf

Die Wohnung ist sein Territorium, das macht er mir sofort klar. Hier führt Michel das Kommando. Es sind keine tap-

sigen und wackligen Schritte mehr, mit denen er mich in sein und in Hannes' Kinderzimmer zieht. Das ist schon

richtiges Laufen mit Richtungs- und Tempowechseln. Auch spielen kann Michel jetzt auf viel höherem Niveau.

Da werden alle Kollegen von Feuerwehrmann Sam ganz filigran ins Löschfahrzeug oder den Hubschrauber gesetzt, um dann mit Blaulicht abzuziehen. Da werden Bälle nicht mehr nur geworfen, sie werden auch geschossen. Da wird auf das Hochbett geklettert und anschließend gerutscht, dass ich am liebsten wegsehen würde.

Wenn es mal ruhiger zugehen soll, zeigt Michel auf das Fenster. Da draußen gibt es schließlich immer etwas zu sehen. Und dank eines fantasti-

schon Gehörs bekommt er jede Kehrmaschine und jede Müllabfuhr mit, die sich unserem Haus nähert.

MEIN LEBEN ALS PAPA

Am liebsten mag ich es, wenn Michel einfach ein Buch aus dem Schrank zieht und sich damit auf meinen Schoß setzt. „Sollen wir uns das angucken, Michel?“ Sein lautes „Ja“ wird von wildem Kopfnicken unterstützt. Er weiß genau, was er will – und kann es jetzt auch immer besser mitteilen. „Popo!“, sagt er und zeigt erst auf seine Windel und dann auf

mich. Der Duft, der in meine Nase zieht, unterstützt seine Aufforderung, ihn doch bitte zu wickeln.

Manchmal macht Michel auch selbst sauber. Seine Essenreste unter dem Tisch stören ihn zwar nur wenig, aber jeder kleine Fussel auf dem Laminat wird weggewischt oder weggepusht. Wenn Michel seine Schuhe aus dem Schrank hervorholt und auf die Garderobe zeigt, braucht er frische Luft. Ein kleiner Spaziergang an der Straße oder eine halbe Stunde im Garten machen ihn schon glücklich – auch bei Regen.

Am liebsten zieht er aber die Schuhe an, um Hannes aus

dem Kindergarten abzuholen. Seinen Hannes. Die Hannes-Phase dauert bei ihm schon sein ganzes Leben lang an. Was nicht heißt, dass sich die Brüder nicht ordentlich fetzen können, wenn sie mit- oder gegeneinander spielen.

Wie gut Michel an den Haaren ziehen kann, beweist er Hannes zum Beispiel Tag für Tag. Also ist Hannes irgendwann dann auch froh, wenn Michel im Bett verschwunden ist und er mit Papa, Mama oder ganz alleine spielen kann.

Carpe vesperum! Lasst mich den Abend nutzen! Und seien Sie gewiss: In der Regel wird es noch ein langer Abend . . .