



# Premiere

**Babys erster Flug – so klappt er ganz entspannt**

Eine Reise mit dem Flugzeug ist auch für die Kleinsten kein Problem. Sofern die Eltern ein paar Dinge beachten.

foto: thinkstock

**M**it dem Baby in den Urlaub fliegen? Warum nicht! Eine verbindliche Altersgrenze, ab der die Kleinsten ihren ersten Flug antreten können, gibt es nicht. Dr. Ulrich Fegeler vom Berufsverband der Kinder- und Jugendärzte: „Ich rate Eltern allerdings, nicht unbedingt mit Neugeborenen – also während der ersten vier Lebenswochen – zu fliegen. Sondern erst, wenn sich der Alltag für Eltern und Kind eingespielt hat. Das ist meist nach den ersten drei Lebensmonaten der Fall. Denn nicht nur der Flug, sondern die gesamte Reise kann für Mutter und Vater schnell stressig werden, wenn der Umgang mit dem Baby noch nicht geübt ist.“

## Problemlos starten und landen

Medizinisch spricht jedoch nichts dagegen, mit Säuglingen zu fliegen, betont Fegeler. „Ich habe immer wieder Eltern in der Praxis, die mit ihrem Baby ins Flugzeug steigen möchten. Häufig, weil die Verwandtschaft im Ausland wohnt. Da gab es bislang noch nie Probleme“, beruhigt der Experte. Eine Voraussetzung gibt es allerdings: Das Baby sollte erkältungsfrei sein. Denn nur dann hat es keine Schwierigkeiten, den Druckausgleich während Start und Landung zu bewältigen. Mit einem kleinen Trick können die Eltern ihrem Kind dabei helfen: „Sie sollten dem Baby bei Start und Landung ein Fläschchen mit Tee oder Wasser oder einen Schnuller anbieten. Durch das Schlucken öffnet sich die sogenannte eustachische Röhre – die Ohrtrumpete – und der Druck im Mittelohr kann sich automatisch ausgleichen“, erläutert Fegeler.

Wer Zweifel hat, ob der Nachwuchs tatsächlich gesund ist, sollte vor dem Abflug den Kinderarzt aufsuchen. Denn bei einem Schnupfen ist häufig nicht nur die Nasenschleimhaut, sondern auch die Schleimhaut im oberen Schlundbereich angeschwollen. Das führt dazu, dass sich beim Schlucken

der Druck nicht mehr ohne Weiteres ausgleichen lässt. Stellt der Arzt eine nur leichte Erkältung fest, reichen meist abschwellende Nasentropfen, die das Baby vor dem Start und der Landung bekommt, um den Druckausgleich zu erleichtern. Dazu legen die Eltern dem Baby den Kopf in den Nacken und geben in jedes Nasenloch einen Tropfen. „Bei starkem Schnupfen oder einer Mittelohrentzündung hingegen sollten die Kinder besser nicht mit an Bord genommen werden“, rät der Experte. Ausgeprägte Ohrenschmerzen bis hin zu Hörproblemen könnten die Folge sein.

## Die richtige Platzwahl

Um dem kleinen Reisenden die Zeit an Bord so angenehm wie möglich zu gestalten, ist es ratsam, bei der Buchung um Plätze in der sogenannten Babyreihe hinter den Trennwänden zu bitten. Hier lassen sich nämlich spezielle Tragetassen in die Vorderwand hängen, in denen Babys bis zu zehn Kilo gemütlich liegen. Eine andere Möglichkeit: Man bucht auch für das Baby einen Sitzplatz und bringt den eigenen Autokindersitz mit. Dieser wird dann entgegen der Flugrichtung mit dem Sicherheitsgurt befestigt. Jedoch vor Reiseantritt erkundigen, ob das eigene Modell bei der jeweiligen Fluggesellschaft zugelassen ist! Von der Variante, den Säugling auf dem Schoß eines Elternteils mit einem Extragurt zu sichern, rät der Kinderarzt dringend ab: „Die Verletzungsgefahr für das Kind ist einfach zu groß. Schon bei leichten Turbulenzen könnte es vom Körper des Erwachsenen zusammengedrückt werden.“

Familien, die bereits am Vortag einchecken, können am eigentlichen Reisetag direkt zum Gate durchgehen. Besonders entspannt: Das Baby im Kinderwagen bis zum Flugzeug chauffieren! Diesen Service bieten viele Airlines an – der Kinderwagen wird beim Einsteigen verstaut und meist unmittelbar nach dem Aussteigen wieder ausgehändigt. Falls man den Wagen vor dem Abflug als Sperrgepäck aufgeben muss, gibt es bei einigen Fluggesellschaften die Möglichkeit, einen Buggy auszuleihen, mit dem man das Kind bis zum Flugzeug transportiert.

## Praktischer Zwiebellook

„Die Luft im Flugzeug ist sehr trocken, daher trocknet die Nasenschleimhaut leicht aus“, ergänzt Dr. Fegeler. Einige Tropfen einer physiologischen Kochsalzlösung, in die Nase des Kindes geträufelt, verschaffen ihm zumeist Erleichterung. Schließlich raten Experten, das Baby im Zwiebellook anzuziehen. Denn: Im Flugzeug ist es durch die Klimaanlage mitunter zugig und relativ kühl. Wohingegen am Zielort womöglich Sonnenschein und hohe Temperaturen herrschen. Da ist es hilfreich, wenn man das Baby rasch von einer Kleidungsschicht befreien kann – damit es unbeschwert in seinen ersten Urlaub starten kann.



Dr. Ulrich Fegeler, Facharzt für Kinder- und Jugendmedizin, Bundespressesprecher des Berufsverbandes der Kinder- und Jugendärzte

## Das gehört ins Handgepäck:

- ein ausreichender Vorrat an Windeln.
- Babynahrung (die Menge, die man während des Flugs benötigt, darf man problemlos durch die Sicherheitskontrolle bringen).
- eine Nuckelflasche (das Wasser fürs Fläschchen gibt es im Flugzeug).
- Feucht- und Reinigungstücher.
- Wechselkleidung fürs Baby.
- Ersatzoberteile für die Eltern: In der Enge des Flugzeugs kann beim Füttern schnell mal was daneben gehen.
- ein paar kleine Spielsachen, um das Baby zu unterhalten.
- abschwellende Nasentropfen.
- schmerzstillende Zäpfchen.