

Mit dem Baby in die Badeanstalt: Gerade beim Untertauchen sehen Experten erhebliche Gefahren.

FOTO: GETTY/WIN

Risiko Babyschwimmen

ENTWICKLUNG Bewegung fördert die Motorik des Kindes. Doch Gefahren drohen nicht nur durch schlechte Wasserqualität

VON TORSTEN WENDLANDT

Dass Babyschwimmen gut ist für ihre Kleinsten, wissen Eltern meist aus dem Bauchgefühl heraus. Wissenschaftlich valide Studien, die die gesundheitlichen Vorzüge des gemeinsamen Badens mit den Babys belegen, gibt es dagegen nicht. Dennoch liegen Nutzen und Vorteile des Säuglingsschwimmens für Experten wie den Kinder- und Jugendarzt Dr. Karsten Theiß auf der Hand: „Neben der positiven Wirkung für die Eltern-Kind-Bindung bietet es vor allem einen Anreiz für eine gute Entwicklung der motorischen Fähigkeiten des Nachwuchses.“

Allerdings birgt die frühe Form der Gewöhnung an das Element Wasser außerhalb des Mutterleibes auch sofort eine Gefahr – gerade nachdem die Kleinen laufen, aber noch nicht richtig schwimmen gelernt haben. Denn sie könnten sich so allzu furchtlos dem Wasser nähern und die Tücken lebensbedrohlich unterschätzen, etwa wenn sie die Neugier unbeaufsichtigt an den Gartenteich des Nachbarn lockt.

Erhöhtes Asthma-Risiko nicht nur für Babys

Die meisten Risiken lauern indes im Wasser der überwiegend kommunalen Bäder, wo immer mehr Babyschwimmkurse angeboten werden. Dem Wasser wird neben Soda, einem Flockungsmittel auf Aluminiumbasis zur Desinfektion, Chlor zugesetzt, das unter anderem mit dem Harnstoff aus Urin und Schweiß als Abfallprodukt Trichloramin bildet. Dessen Ausgasungen strömen Besuchern als typischer Schwimmbad-Chlorgeruch in Nase – und Lunge. „In mehreren Studien ist dadurch ein deutlich erhöhtes Risiko für die Entwicklung von Asthma belegt“, sagt Dr. Theiß. Das gilt offenbar nicht nur für Babys. Unter Schwimmlehrern und Bademeistern wird das Thema Berufsasthma schon seit längerem diskutiert.

Auch das Umweltbundesamt kommt in seiner „Mitteilung zum

Babyschwimmen und Desinfektionsnebenprodukten in Schwimmbädern“ zu dem Schluss, dass trotz der Kontrollen durch die Bäderbetreiber und die örtlichen Gesundheitsämter „ein zusätzliches Risiko, an Asthma zu erkranken, für die empfindlichste Personengruppe nicht ausgeschlossen werden kann“. Und schließlich unterstreicht eine aktuelle Studie belgischer Forscher von 2015 das Problem nachdrücklich: Danach sind rund 75 Prozent der untersuchten erwachsenen Leistungsschwimmer Asthmatiker.

Nach Erfahrung des Wasseraufbereiters Ingomar Wollschlaeger ist die Asthma-Gefahr in kleinen Bädern mit Babyschwimmschulen besonders groß. „Betreiber kleiner Anlagen verzichten meist aus Kostengründen auf eine Ozonstufe und einen Aktivkohlefilter“, sagt der Berliner. Beide Elemente einer qualitativ guten Aufbereitungsanlage wären aber wichtig, um die Chloramine im Wasser deutlich zu reduzieren. Wollschlaeger empfiehlt daher sogar, zur Sicherheit ganz aufs Babyschwimmen zu verzichten.

Lieber auf dem Trocknen bleiben sollte man laut Theiß auch, wenn das Tauchen zum Kursprogramm gehört. Beim Babytauchen werden die Kinder kurz unter Wasser gehalten und sollen dabei durch den Atemanhaltereflex geschützt sein. „Bei manchen Kindern“, warnt Taucherarzt Theiß, „findet sich dieser Reflex schon vier Wochen nach der Geburt nicht mehr. Die Säuglinge können dann ertrinken, wie 2012 in Ulm geschehen.“

Mit dem Wasser werden auch Keime geschluckt

Dass Säuglinge auch ohne Tauchen viel Wasser schlucken und damit Viren und Bakterien aufnehmen, ist nicht ungewöhnlich. Eine der häufigsten Ursachen für Magen-Darm-Erkrankungen sind Rotaviren. Theiß: „Babys sollten daher unbedingt dagegen geimpft sein.“ Nach der Impfung (ab der 7. Lebenswoche empfohlen) sollten die Eltern zwei Wochen bis zum ersten Babyschwimmen warten, weil die Hälfte der Kinder in diesem Zeitraum noch Impfviren ausscheidet. ■

TIPPS ZUM BABYSCHWIMMEN

BEGINN Oft werden Kurse für Babys schon ab einem Alter von sechs Wochen angeboten. Ein Einstiegsalter von einem halben Jahr ist aber am besten, weil dann eine enge Eltern-Kind-Bindung entstanden ist.

TEMPERATUR In kommunalen Bädern ist nur eine Wassertemperatur von etwa 26 Grad die Regel. Im Babyschwimmbecken sollte es ca. 33 Grad warm sein, um eine Unterkühlung zu verhindern. Wenn im schlecht durchlüfteten Bad ein starker Chlorgeruch herrscht, sollten Eltern misstrauisch werden.

KURSLEITER Für die Qualifikationen gibt es keine vorgeschriebene Zertifizierung. Wenn Kursleiter

eine entsprechende Ausbildung bei einem erfahrenen Anbieter wie der Deutschen Lebens-Rettungs-Gesellschaft (DLRG) oder beim Deutschen Schwimm-Verband (DSV) absolviert haben, ist das meist ein gutes Zeichen.

SCHWIMMEN LERNEN Klassisch schwimmen lernen sollten Kinder ab fünf, in Ausnahmefällen ab vier Jahren, weil dann erst die nötige Motorik entwickelt ist. Damit der Effekt der Wasservertrautheit durch das Babyschwimmen nicht zwischenzeitlich verloren geht, sollte der Kontakt zum Wasser in der Zwischenzeit aufrecht erhalten werden.

Quelle: Dr. Karsten Theiß, Kinder- und Taucherarzt

Aus: Gesund, Nr. 8/2015, Beilage Hamburger Abendblatt, 24.04.15