



Gesund

macht
Schule

Elternbrief 7:

Kranke Kinder brauchen Erholung

Kinder haben ein Recht auf ein gesundes und unversehrtes Leben. Sie haben aber auch ein Recht auf Kranksein und Erholung. Statistisch gesehen machen gerade Kinder in den ersten sechs Lebensjahren Bekanntschaft mit mehr als 200 Viren, die Infekte der oberen Luftwege, Schnupfen, Husten und Halsentzündungen auslösen können. Schulkinder erkranken im Schnitt zwischen sechs bis achtmal im Jahr an Virusinfekten, Jugendliche im Schnitt nur noch fünfmal pro Jahr.

Ein krankes Kind braucht – neben einer eventuell nötigen medizinischen Behandlung – vor allem das Gefühl, dass es gut versorgt wird. Wichtig ist in diesem Zusammenhang, dass kranken Kindern eine Auszeit in Form von Ruhe und Pflege zu Hause zugestanden wird und dass sie erleben können, dass Krankheiten nicht allein durch Medikamente bewältigt werden. Insbesondere bei Fieber über 38 Grad Celsius, Erbrechen oder Durchfall gehören Kinder ins Bett und nicht ins Klassenzimmer – zur eigenen Schonung und aus Rücksicht auf die Mitschüler.

Aus einigen Schulen wird aber berichtet, dass manche Eltern ihre Kinder auch bei Krankheit in die Schule schicken, damit sie wichtigen Lernstoff nicht verpassen. Bei einer leichten Erkältung ist diese Entscheidung in Ordnung, bei deutlichem Unwohlsein sollte die Gesundheit des Kindes aber vorgehen. Hausaufgaben und Lehrstoff können nach Besserung über Klassenkameraden erfragt und nachgearbeitet werden.

Oftmals erschwert auch die Familiensituation, gerade bei berufstätigen Alleinerziehenden, dass Kinder während einer Krankheit angemessen zu Hause versorgt werden können.

Doch für gesetzlich Krankenversicherte gibt es hier in Paragraph § 45 des Fünften Sozialgesetzbuchs eine klare Regelung:

Ist es medizinisch erforderlich, dass ein berufstätiger Elternteil von der Arbeit zu Hause bleibt, um sein krankes Kind zu beaufsichtigen, zu betreuen oder zu pflegen und kann dies von keiner anderen im Haushalt lebenden Person übernommen werden, besteht ein Anspruch auf Kinderkrankengeld.

Volle zehn Arbeitstage dürfen Vater und Mutter im Jahr am Bett ihres Kindes verbringen, bei mehreren Kindern sogar bis zu 25 Tage im Jahr, sofern kein Anspruch auf bezahlte Freistellung von der Arbeitsleistung seitens des Arbeitgebers besteht. Alleinerziehende können aufgrund dieser Regel sogar für 20 Arbeitstage beim ersten Kind, bei zwei oder mehr Kindern maximal 50 Arbeitstage im Jahr die Betreuung übernehmen.

Voraussetzung für diese Privilegien ist allerdings, dass das kranke Kind jünger als zwölf Jahre und ebenfalls gesetzlich versichert ist. Eltern brauchen zudem ein Attest des Kinder- und Jugendarztes, das sie Arbeitgeber und Krankenkasse vorlegen.



Hilfe zum Umgang
mit kranken Kindern
finden Eltern unter:

[www.kindergesundheit-info.de/
themen/krankes-kind/](http://www.kindergesundheit-info.de/themen/krankes-kind/)

www.kinderaerzte-im-netz.de

[www.familien-wegweiser.de/
wegweiser/root.html](http://www.familien-wegweiser.de/wegweiser/root.html)

Genau hinschauen!

Sollten Bauchschmerzen, Kopfschmerzen, Übelkeit vor allem an Tagen mit Klassenarbeiten/Prüfungen auftreten, können hinter den Beschwerden auch Ängste (psychische Ursachen) stecken. In diesen Fällen ist dem Kind meist nicht mit einer Schonzeit zu Hause geholfen. Viel eher sollten Eltern mit ihrem Kind, Klassenlehrer und Kinderarzt überlegen, welche Hilfen das Kind braucht.

Gesund

macht Schule



Gesund macht Schule

Das Programm *Gesund macht Schule* ist ein Gesundheitsförderungs- und Gesundheitserziehungsprogramm in der Grundschule, das von den Ärztekammern Nordrhein und Hamburg und der AOK Rheinland/ Hamburg initiiert wird.

Es fördert die Zusammenarbeit von Schule, Schülern, Eltern, Ärzten und Gesundheitsdiensten im Bereich der Kindergesundheit.

Durch die Zusammenarbeit sollen alle Beteiligten im Lebensumfeld Schule für gesundheitsschädigende Verhaltensweisen aufmerksam gemacht und zu gesundheitsförderlichen Aktivitäten motiviert werden.

Gründe für *Gesund macht Schule*

Schuleingangsuntersuchungen zeigen, dass viele Kinder heute an so genannten chronischen Erkrankungen und psychosomatischen Störungen leiden, wie:

- Allergische Reaktionen,
- Schwächung des Immunsystems,
- Schwächung der psychischen Stabilität,
- Übergewicht,
- Essstörungen,
- Teilleistungsstörungen,
- Erkrankungen des Skeletts.

Einige dieser Erkrankungen können durch vorbeugende Maßnahmen gemindert oder gar vermieden werden. Das Programm *Gesund macht Schule* will dazu beitragen, Schule und Eltern in die Lage zu versetzen, zum Wohle der Kinder aktiv zu werden.

Die Ziele von *Gesund macht Schule*

Im Rahmen dieser Aktivitäten geht es zum Beispiel um

- die Förderung eines gesundheitsbewussten Ernährungs- und Bewegungsverhaltens in Schule, Elternhaus und Freizeit,
- die Stärkung der kindlichen Persönlichkeitsentwicklung,
- den Aufbau einer gesundheitsförderlichen Lern- und Arbeitsatmosphäre,
- eine von Patenärztinnen und -ärzten gestützte Gestaltung von gesundheitsförderlichem Unterricht und Elternarbeit,
- eine gesundheitsförderliche Gestaltung von Schule und Umgebung durch alle Mitglieder der Schulgemeinschaft,
- die Öffnung der Schule zu Gesundheitspartnern und Gesundheitsdiensten in der Gemeinde.



Alle interessierten Grundschulen und Elternpflegschaften im Rheinland und in Hamburg sind eingeladen, an diesem Programm teilzunehmen. Die teilnehmenden Schulen erhalten ein Unterstützungskonzept und Materialien zur Umsetzung der folgenden Gesundheitsthemen:

- Der menschliche Körper/ Beim Arzt
- Essen und Ernährung
- Bewegung und Entspannung
- Sexualerziehung
- Suchtprävention/ Ich-Stärkung

Ausführliche Informationen zum Programm erhalten Sie unter:

www.gesund-macht-schule.de

Schulen und Eltern, die an dem Programm teilnehmen möchten, können sich an die

**Ärztekammer Nordrhein
Kooperationsstelle
für Ärzte und Lehrer
Tersteegenstr. 9
40474 Düsseldorf**

**Telefon: 0211/4302-2030
E-Mail: sabine.schindler-marlow@aedno.de oder
snezana.marijan@aedno.de
wenden.**