

Pressemitteilung

Fliegen mit Baby: So heben die Kleinsten entspannt ab

Hamburg, 18. Juli 2017 - Flugreisen mit Babys sind grundsätzlich kein Problem. Schwierig kann es jedoch bei Start oder Landung werden, wenn der Druckausgleich den kleinen Passagieren zu schaffen macht. Um das zu vereinfachen, können Eltern einige Minuten vorher abschwellende Nasentropfen geben. „Hilfreich ist es auch, wenn das Baby bei Start und Landung gestillt wird oder ein Fläschchen bekommt. Das häufige Schlucken verringert den Druck auf den Ohren und lenkt außerdem von der ungewohnten Geräuschkulisse im Flugzeug ab“, erläutert Dr. Utta Petzold, Medizinerin bei der BARMER.

Am Vortag einchecken

Die BARMER empfiehlt zudem, nach Möglichkeit schon am Vortag das Gepäck am Flughafen aufzugeben und einzuchecken. Das vermeidet lange Wartezeiten und Stress am Reisetag. Die Familie kann dann bequem mit der Bordkarte direkt zur Sicherheitskontrolle und weiter zum Gate gehen. Für das Handgepäck empfiehlt Petzold neben Spielzeug und Lieblingskuscheltier einen kleinen Vorrat an Windeln, Feuchttüchern und Babynahrung. Diese ist grundsätzlich von der Mengenbeschränkung für Flüssigkeiten ausgenommen. Allerdings darf nur so viel Nahrung und Flüssigkeit mit an Bord genommen werden, wie für das Baby während des Fluges gebraucht wird. Darüber hinaus sind ein Ersatz-Body und ein Jäckchen sinnvoll, da es im Flieger oft kühl ist.

Geeignete Plätze für Babys im Flugzeug

Ein anderer wichtiger Aspekt für einen stressfreien Flug ist der richtige Sitzplatz. Eltern sollten sich möglichst früh bei der Fluggesellschaft nach geeigneten Plätzen und Möglichkeiten zur Beförderung des Kindes im Flugzeug erkundigen. „Die erste Reihe hinter den Trennwänden bietet mehr Beinfreiheit. Bei längeren Flügen können Kleinkinder dort ein wenig am Boden spielen oder krabbeln. Sehr wichtig ist deshalb eine rechtzeitige Reservierung“, rät Petzold.

**Landesvertretung
Hamburg**

Hammerbrookstraße 92
20097 Hamburg

www.barmer.de/presse-hamburg
www.twitter.com/BARMER_HH
presse.hamburg@barmer.de

Torsten Nowak
Tel.: 0800 333 004 651-131
torsten.nowak@barmer.de