

# Plötzlicher Kindstod – die Rolle der Schutzengel



William-Adolphe Bouguereau

**Der Plötzliche Kindstod (SIDS) ist heute in den deutschsprachigen Ländern ein seltenes Ereignis. Etwa 5% der Todesfälle von Säuglingen gehen auf dieses Konto (und etwa 15 % der Todesfälle von Säuglingen nach der Neugeborenenzeit). Trotzdem bringt der Plötzliche Kindstod eine unglaubliche Angst in die jungen Familien, und das ist verständlich: Der unerwartete Tod eines gesunden Kindes gehört nun einmal zu den grausamsten Vorstellungen überhaupt. Umso wichtiger, die Ursachen von SIDS immer besser zu verstehen. In Kürze werden wir dazu eine grundlegende wissenschaftliche Arbeit vorlegen.**

## Das Dreifach-Risiko-Modell

Das bisherige Erklärungsmodell für SIDS wird als „Triple Risk Model“ (Dreifach-Risikomodell) bezeichnet und geht so: Dieses schreckliche Ereignis kann passieren, wenn Risikofaktoren **aus drei Quellen zusammenkommen:**

- ▶ **ungünstige äußere Einflüsse**, also widrige Umwelteinflüsse, wie zum Beispiel Lagerung auf dem Bauch, Schlafen mit einem beeinträchtigten (z.B. alkoholisierten) Erwachsenen, zu schweres Bettzeug, Überhitzung, zu weiche Matratze, und so weiter.
- ▶ **ungünstige innere Einflüsse**, also biologische Auffälligkeiten beim Säugling selbst, die für sich allein nicht tödlich sind, aber die eine biologische Verletzlichkeit begründen können – wie etwa genetische Abweichungen oder Veränderungen des Gehirns, welche z.B. im Mutterleib entstehen könnten (beispielsweise durch Drogenkonsum oder Zigarettenrauchen in der Schwangerschaft).
- ▶ **ungünstiger zeitlicher Einfluss**. Dies leitet sich aus der Beobachtung ab, dass SIDS zwischen 2 und 4 Monaten einen deutlichen Häufigkeitsgipfel zeigt. Es wird deshalb angenommen, dass dieses Zeitfenster eine „kritische Entwicklungsperiode“ darstellt.

Dieses risikobasierte Modell ist die derzeit gängigste Erklärung für SIDS.



## Die implizite Botschaft: Du musst immer und jederzeit mit SIDS rechnen!

Dieses Modell mit seinem Fokus auf vielfältige, letzten Endes nie ganz auszuschließende Risiken erklärt auch die heute dominierende **Wahrnehmung von SIDS**: SIDS, so die gängige Überzeugung, *kann jeden Säugling treffen, jederzeit!*

Wenn man an die lange Liste an Risiken denkt, die nach diesem Modell eine Rolle spielen können, verwundert diese Wahrnehmung tatsächlich nicht. Schließlich kann praktisch jedes Baby einmal in einem zu warmen Zimmer schlafen, falsch zugedeckt werden oder auch einmal in Bauchlage rutschen. Oder einem der anderen etwa 20 äußeren Risikofaktoren begegnen.

Und das lässt sich auch empirisch belegen: In einer [vor kurzem veröffentlichten Analyse](#) der auf Instagram geposteten Bilder von schlafenden Säuglingen etwa entsprachen nur 1,9% den Leitlinien für sicheren Babyschlaf. Fakt ist also: die allermeisten Babys sind tagtäglich einem oder mehreren der für SIDS beschriebenen Risikofaktoren ausgesetzt. Und jedes Baby kommt irgendwann in die offenbar „kritische“ Entwicklungsphase zwischen 2 und 4 Monaten. Und die inneren Risiken? Für die gibt es bis heute keinen Test, so dass sie nie ganz auszuschließen sind.

Mit diesem risikobasierten Verständnis von SIDS gibt es allerdings ein Problem: Die SIDS-Forschung kann klar belegen, dass das Bild von SIDS als einer über allen Säuglingsbetten gleichermaßen schwebenden Gefahr so nicht stimmt.

## Das “missing link”

Betrachtet man nämlich die zu SIDS vorliegenden Daten, dann zeigt sich das: Die Risiken allein können den Plötzlichen Kindstod äußerst schlecht vorhersagen: Über 99 % der Säuglinge mit bestimmten Risiken stirbt eben NICHT an SIDS. Trotz überall und jederzeit anzutreffender Risiken sind beispielsweise in Deutschland 692910 der etwa 693000 im Jahr 2023 geborenen Säuglinge (also 99,98 %) **offenbar ausreichend gegenüber SIDS geschützt**.

Das heißt nicht, dass die Risiken nicht zählen würden, das wäre ein Missverständnis. SIDS-Fälle ohne mindestens einen der bekannten Risikofaktoren sind tatsächlich extrem selten, zumeist liegen bei diesen tragischen Ereignissen sogar gleich mehrere Risiken vor. [1], [2] Eindeutig: die Risiken zählen!

Nur: Zu den Risiken muss offenbar noch etwas Weiteres hinzukommen, um SIDS den Weg zu bereiten. **Die spannendste Frage rund um SIDS ist also womöglich gar nicht die Risiko-Frage. Sondern die Frage nach der Resilienz**. Was verleiht den Säuglingen Schutz? Und warum versagt er bei einigen wenigen von ihnen?

Ja, kann das Phänomen SIDS vielleicht gar nicht verstanden werden, wenn wir nur die Risiken betrachten?

## Was macht Säuglinge widerstandsfähig gegenüber SIDS?

Wie spannend diese Frage ist, zeigen die bisher ungelösten Rätsel der SIDS-Forschung:

- ▶ **Die ungeklärte Frage der „Schonfrist“:** Betrachtet man die Todesursachen bei Säuglingen, so haben sie eines gemeinsam: Sie betreffen viel häufiger die jüngeren, unreiferen Säuglinge, d.h. die Neugeborenen. Beim Plötzlichen Kindstod aber ist das Muster anders: Hier sind die Säuglinge ausgerechnet im ersten Lebensmonat relativ selten betroffen. Nur: *Warum sollte ein 3 Monate altes Baby anfälliger für die typischen SIDS-Risiken sein als ein 3 Wochen altes?*
- ▶ **Die ungeklärte Frage der Schutzwirkung des Stillens:** Wir wissen heute eindeutig, dass Gestillt-Werden Säuglinge teilweise vor dem Plötzlichen Kindstod schützen kann. Nur: *Worin besteht diese Schutzwirkung, wie entsteht sie?* Diese Frage ist bis heute offen.
- ▶ **Die ungeklärte Frage der evolutionären Begründung:** Aus evolutionsbiologischer Sicht ist SIDS im Grunde ein Nonsense-Ereignis. Warum sollte ein gesunder Säugling nach einer extrem aufwändigen, neun Monate langen intrauterinen Entwicklung plötzlich versterben – ohne dass irgendjemand dafür einen Grund finden kann? Hat Mutter Natur wirklich ein Menschenbaby entwickelt, das sterben kann, nur weil seine Eltern vielleicht einmal vergessen, es in Rückenlage hinzulegen?

## Dringend gesucht: ein neues Erklärungsmodell

Das heißt: Offenbar hat die SIDS-Landkarte noch einige weiße Flecken. Und sie betreffen tatsächlich die Frage nach den Schutzfaktoren. Entsteht die Verletzlichkeit gegenüber SIDS vielleicht gar nicht durch das Zusammenwirken von Risikofaktoren allein, wie es das Dreifach-Risikomodell suggeriert? Sondern auch dadurch, **dass den Risikofaktoren keine ausreichenden Schutzfaktoren gegenüberstehen?** Ist vielleicht auch SIDS letzten Endes eine Frage der Balance?

Und wenn ja, worin bestehen die Schutzfaktoren? Wie entwickeln sie sich?

Diese Frage nach den möglicherweise über den Säuglingsbetten schwebenden Schutzengeln wurde in der SIDS-Forschung immer wieder gestellt – teils schon vor über 50 Jahren. Viele der Befunde sind dann wieder in Vergessenheit geraten.

In den letzten Jahren habe ich mir mit einer interdisziplinären Arbeitsgruppe von Wissenschaftler\*innen die Schutzfrage ganz neu und grundsätzlich vorgenommen – nämlich mit [Prof. Peter Blair](#) (SIDS-Forscher am Centre for Academic Child Health, Population Health Sciences, University of Bristol, UK), [Prof. Helen Ball](#) (Anthropologin und Schlafforscherin am Durham Infancy & Sleep Centre, Department of Anthropology, Durham University, UK), [Prof. Oskar Jenni](#) (Säuglings- und Schlafforscher am Kinderspital Zürich) sowie [Prof. Freia De Bock](#) (Präventions- und Versorgungsforschung an der Heinrich-Heine-Universität Düsseldorf).

Wir haben uns dazu die bisherigen Forschungsergebnisse zu SIDS und zur Entwicklung des Schutzverhaltens bei Säuglingen angeschaut, und daraus – insbesondere auch aus Vorarbeiten der experimentellen Säuglingsforschung – ein Erklärungsmodell für SIDS entwickelt, welches nicht nur die Risikofaktoren sondern auch mögliche Schutzfaktoren berücksichtigt. Weil sich unser Modell stark auf evolutionsbiologische und entwicklungsneurologische Erwägungen stützt, nennen wir unser neues Verständnismodell **„evolutionär-entwicklungsbezogenes Modell von SIDS“**.

Und ja, wir glauben in der Tat, dass es SIDS umfassender beschreibt als das bisher dominierende Risiko-Modell 😊.

## More to come ...

Unsere Arbeit (ein umfassendes Grundlagenwerk von über 40 Seiten) wird in Kürze in einer Fachzeitschrift erscheinen. Sie trägt den Titel: „Death from Failed Protection? An Evolutionary-Developmental Theory of Sudden Infant

Death Syndrome“ – zu deutsch: „Tod durch fehlgeschlagenen Schutz? Eine evolutionär-entwicklungsbezogene Theorie des Plötzlichen Kindstods“.

Sie ist ab 29. Juli unter <https://doi.org/10.1007/s12110-024-09474-6> einsehbar.

Ich werde dazu dann auf [www.kinder-verstehen.de](http://www.kinder-verstehen.de) und auf Insta ([@kinderverstehen.de](https://www.instagram.com/kinderverstehen.de)) auch einige erklärende Beiträge veröffentlichen.

## Quellen

1. <https://publications.aap.org/pediatrics/article-abstract/153/3/e2023061984/196646/Characteristics-of-Sudden-Unexpected-Infant-Deaths?redirectedFrom=fulltext>
2. <https://publications.aap.org/pediatrics/article-abstract/108/4/923/67310/Association-Between-Sudden-Infant-Death-Syndrome>

*Der Autor: Dr. med. Herbert Renz-Polster, geb. 1960, beschäftigt sich als Kinderarzt und Wissenschaftler seit langem mit der kindlichen Entwicklung und Gesundheit. Forschungstätigkeit im Bereich Prävention und Gesundheitsförderung zunächst in den USA, dann am Mannheimer Institut für Public Health der Universität Heidelberg, seit 2024 am Bereich Versorgungsforschung der Klinik für Allgemeine Pädiatrie, Kinderkardiologie und Neonatologie des Universitätsklinikums Düsseldorf affiliert. Herausgeber und Autor diverser studentischer und ärztlicher Lehr- und Fachbücher. Einem breiten Publikum bekannt durch mehrere Sachbücher, u.a. „Kinder verstehen - born to be wild!“ und "Mit Herz und Klarheit. Wie Erziehung heute gelingt und was eine gute Kindheit ausmacht". Er hat 4 Kinder und lebt mit seiner Frau in der Nähe von Ravensburg.*

