

**Zeitschrift:** Hebamme.ch = Sage-femme.ch = Levatrice.ch = Spendrera.ch  
**Herausgeber:** Schweizerischer Hebammenverband  
**Band:** 111 (2013)  
**Heft:** 12

**Artikel:** Bedsharing und plötzlicher Kindstod : aktuelle Empfehlungen  
**Autor:** Jenni, Oskar  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-949185>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 12.01.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

# Bedsharing und plötzlicher Kindstod: aktuelle Empfehlungen

## Korrespondierender Autor mit redaktioneller Verantwortung

**PD Dr. med. Oskar Jenni** Leiter Abteilung  
Entwicklungspädiatrie, Universitätskinderkliniken,  
Kinderspital Zürich, Steinwiesstrasse 75, 8032 Zürich,  
T +41 044 266 77 51  
oskar.jenni@kispi.uzh.ch

Diese Empfehlungen werden von den Schweizerischen Gesellschaften für Pädiatrie und Neonatologie offiziell unterstützt. Der Artikel und die Literaturangaben sind in der Zeitschrift *Paediatrica* 2013, Vol. 24, Nr. 5 zu finden.  
[www.swiss-paediatrics.org/de](http://www.swiss-paediatrics.org/de)

## Einleitung

Die gängigen Empfehlungen der Schweizerischen Gesellschaft für Pädiatrie (SGP) zur Prävention des plötzlichen Kindstods (sudden infant death, SID), auf ein elterliches Bedsharing mit dem jungen Säugling gänzlich zu verzichten, wird von Teilen der Elternschaft nicht umgesetzt und von vielen Gesundheitsfachpersonen in dieser Ausschliesslichkeit nicht mitgetragen. Es besteht eine Diskrepanz zwischen den Richtlinien der SGP und ihrer Umsetzung in der Praxis. Eine Arbeitsgruppe – bestehend aus Mitgliedern der SGP und der Schweizerischen Gesellschaft für Neonatologie – hat deshalb zusammen mit der Schweizerischen Stiftung zur Förderung des Stillens angepasste Empfehlungen ausgearbeitet, die auf der aktuellen wissenschaftlichen Literatur basieren.

## Begriffsdefinitionen

Der *plötzliche Kindstod* wird definiert als Tod eines Säuglings in den ersten 12 Lebensmonaten, der aufgrund der Anamnese unerwartet ist und bei dem die Auffindsituation, die äussere Besichtigung des Körpers sowie die Autopsie keine Befunde ergeben haben, die aus klinischer und histologisch-pathologischer Sicht als todesursächlich gelten.

Die Begriffe *Bedsharing* und *Co-Sleeping* werden in der Literatur häufig synonym gebraucht. Unter *Co-Sleeping* versteht man das Schlafen in der Nähe, im gleichen Bett oder im gleichen Raum der Eltern. *Bedsharing* ist eine besondere Form von *Co-Sleeping*: der Säugling schläft im gleichen Bett wie die Eltern. Auf den Begriff *Co-Sleeping* sollte generell verzichtet werden, weil er ungenau definiert ist. In diesem Beitrag wird darum konsequent der englische Begriff *Bedsharing* gebraucht, auch weil es keinen passenden deutschen Begriff dazu gibt (gelegentlich wird im Deutschen auch von *gemeinsames Bett teilen* oder *Familienbett* gesprochen).

## Aktuelle Empfehlungen der kinderärztlichen Fachgesellschaften

Folgende Empfehlungen zur Risikoreduktion des SID gelten als gesichert und werden von den zuständigen Fachgesellschaften empfohlen:

- Schlafen auf dem Rücken auf einer festen Unterlage
- Rauchfreie Umgebung (bereits während der gesamten Schwangerschaft)
- Vermeiden von Überwärmung (optimale nächtliche Raumtemperatur von 18°C)
- Stillen im 1. Lebensjahr
- Nuggi ohne Zwang

## Angepasste SID-Präventionsempfehlungen für den Schlafort des Säuglings

Der sicherste Schlafort für einen Säugling ist das eigene Kinderbett im Schlafzimmer der Eltern. Eine sinnvolle Alternative stellen Kinderbetten dar, die an das elterliche Bett angedockt werden können.

Die Studienlage bezüglich *Bedsharing* und SID ist insgesamt widersprüchlich. Wenn man von spezifischen Risikofaktoren absieht (z. B. rauchende Eltern), dann scheinen die Risiken für einen SID bei *Bedsharing* per se klein zu sein. Das gemeinsame Schlafen im elterlichen Bett stellt allerdings Anforderungen an die Eltern. Der Säugling braucht zum Schlafen ausreichend Platz. Das Bett muss dementsprechend gross und die Matratze fest sein. Auf die Verwendung von Kissen, Fellunterlagen oder ähnlichem sollte verzichtet werden. Wenn die Eltern Raucher sind oder Alkohol, sedierende Medikamente oder Drogen konsumiert haben, selber erkrankt oder übermüdet sind, dann geht *Bedsharing* mit einem wesentlich erhöhten Risiko für einen SID einher und sollte vermieden werden.

## Autorinnen und Autoren der Empfehlungen

Oskar Jenni<sup>1,2</sup>, Hans Ulrich Bucher<sup>3,4</sup>, Laura Gosztonyi<sup>2</sup>, Irene Hösl<sup>5,6</sup>, Silvia Honigmann<sup>7</sup>, Martin Sutter<sup>8</sup> und Christine Aeschlimann<sup>5</sup>

1 Schweizerische Gesellschaft für Pädiatrie (SGP)

2 Abteilung Entwicklungspädiatrie, Kinderspital Zürich

3 Schweizerische Gesellschaft für Neonatologie

4 Klinik für Neonatologie, Universitätsspital Zürich

5 Schweizerische Stiftung zur Förderung des Stillens

6 Klinik für Geburtshilfe und Schwangerenmedizin, Universitätsspital Basel

7 Berner Fachhochschule, Studiengang Ernährung und Diätetik

8 SIDS Arbeitsgruppe der SGP