

```html

Immer wieder berichten Erzieherinnen und Erzieher sowie Eltern, dass Kinder im Kindergartenalter beginnen, das Thema „Medikamente“ im Rollenspiel zu entdecken. Sie tun so, als ob sie Tabletten geben, Nasenspray benutzen oder „Pflaster aufkleben“. Dieses Verhalten zeigt: Kinder sind neugierig auf ihre Umwelt und wollen erkunden, was sie wahrnehmen – auch wenn es um gesundheitsbezogene Themen geht.

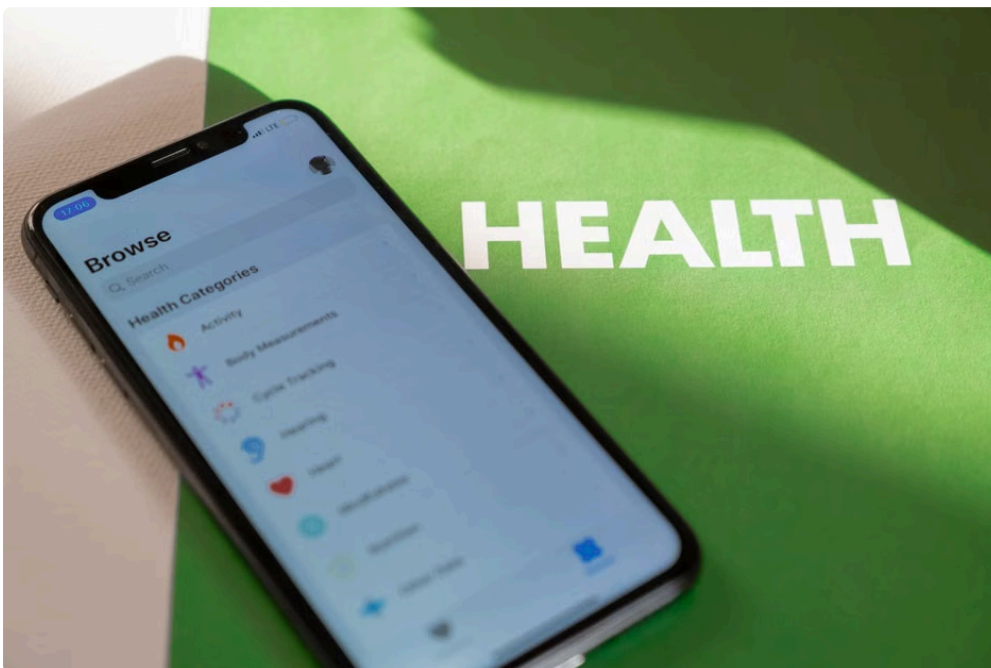
Doch wie gehen wir damit als Eltern und pädagogische Fachkräfte sinnvoll um? Wie begleiten wir das Rollenspiel, ohne Ängste zu fördern oder ungewollte Nachahmungen zu provozieren? Welche Regeln helfen, damit das Thema Medikamente sicher bleibt? Und vor allem: Wie bauen wir bereits im Kita-Alltag die Gesundheitskompetenz unserer Kinder auf?

In diesem Blogbeitrag bekommen Sie einen kompakten Überblick über den Umgang mit dem Thema „Medikamente im Rollenspiel“ sowie praktische Tipps, wie Sie Ihre Kinder begleiten und gleichzeitig wichtige Sicherheitsregeln vermitteln können.

## Gesundheitskompetenz beginnt im frühen Kindesalter

Gesundheitskompetenz bedeutet, Informationen über Gesundheit richtig zu verstehen und für sich selbst oder andere sinnvoll anzuwenden. Je früher Kinder Grundlagen dafür lernen, desto selbstbewusster und sicherer können sie mit Gesundheitsthemen umgehen – später auch mit Medikationen und Arztbesuchen.

Im Kindergartenalter eignen sich Kinder hervorragend, um basale Gesundheitsregeln zu begreifen und umzusetzen. Sie lernen anhand von Routinen und klaren Regeln, wie sie sich schützen können, was zu vermeiden ist und wann sie Hilfe holen sollten.



### Wichtig: Gesundheitskompetenz ist kein Spezialwissen, sondern Alltag

- **Einfach und nachvollziehbar:** Kindern kann man schon sehr einfach erklären, dass Medikamente nur von Erwachsenen gegeben werden.
- **Praxisorientiert:** Themen wie „Hände waschen vor dem Essen“ oder „Medikamente sind kein Spielzeug“ gehören zur täglichen Erinnerung.

- **Verlässlich:** Kinder spüren, wenn Erwachsene konsequent sind – darum ist es wichtig, Regeln regelmäßig zu wiederholen.

## Der Kita-Alltag als Lernort: Routinen und Regeln zum Thema Medikamente

In der Kita erleben Kinder, dass Regeln für alle gelten und Sicherheit Vorrang hat. Hier können grundlegende Sicherheitsregeln zur Medikamentengabe eingeführt und eingeübt werden. Zum Beispiel:

1. **Nur Erwachsene geben Medikamente:** Dies ist die wichtigste Sicherheitsregel und sollte mit Kindern möglichst oft besprochen und erklärt werden.
2. **Medikamente werden nicht zum Spielen benutzt:** Im Rollenspiel kann der Wunsch entstehen, „Doktor“ oder „Apotheker“ zu sein, dabei sollten keine echten Medikamente oder gefährlichen Nachahmungen verwendet werden.
3. **Gefahren erkennen und melden:** Kinder lernen, dass sie immer eine erwachsene Person informieren sollen, wenn sie unerwartet Medikamente finden.

Diese Regeln können kindgerecht in Form von kurzen Geschichten, Bildern oder kleinen Liedern vermittelt werden und helfen dabei, Sicherheit zu schaffen.

### Rollenspiel begleiten: Chancen nutzen, ohne Risiken einzugehen

Das Rollenspiel ist eine wichtige Lernform im Kindergartenalter. Hier verarbeiten Kinder ihre Erfahrungen und Erlebnisse. Wenn das Thema Medikamente auftaucht, bietet sich eine gute Gelegenheit, Gespräche zu führen und wichtige Botschaften zu übermitteln.

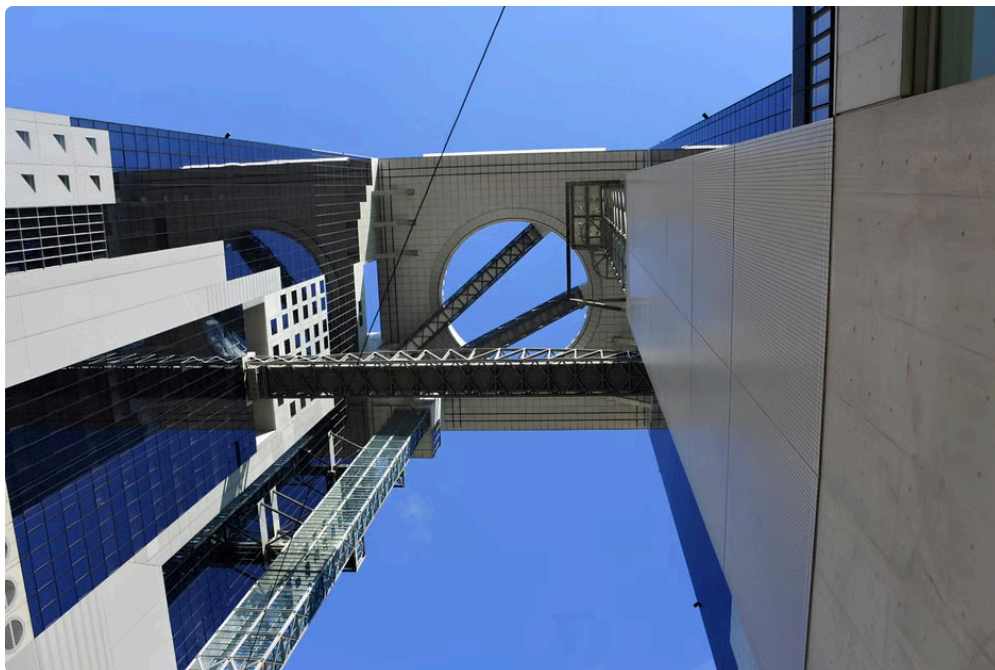
- **Begleitung statt Verbot:** Statt das Rollenspiel zu verbieten, können pädagogische Fachkräfte und Eltern das Spiel mit passenden Materialien begleiten (z. B. ungefährliche, kindgerechte „Arztkoffer“).
- **Dialog ermöglichen:** Fragen Sie Ihr Kind, warum es gerade Medikamente „verteilt“ und was es darüber weiß. So können Missverständnisse oder Ängste angesprochen werden.
- **Sicherheit vermitteln:** Wiederholen Sie, dass nur Erwachsene Medikamente geben dürfen.

## Eltern als Vorbilder und Gesprächspartner

Eltern sind die wichtigsten Bezugspersonen, wenn es um das Thema Gesundheit und Sicherheit geht. Kinder lernen hauptsächlich durch Nachahmung und direkte Kommunikation.

### Klare Botschaften, konsequente Regeln

Eltern sollten zu Hause die gleichen Sicherheitsregeln leben, die auch im Kindergarten gelten. Beispiele:



- Medikamente werden dort aufbewahrt, wo Kinder nicht hinkommen.
- Medikamente werden nur nach Rücksprache mit Erwachsenen genommen.
- Erklärungen und sachliche Informationen über Medikamente, angepasst an das Alter.

Das macht es für das Kind nachvollziehbar und verlässlich.

## **Gespräche führen und Ängste ernst nehmen – ohne Drama**

Wenn Kinder fragen oder Unsicherheiten zeigen, sind offene Gespräche wichtig. Dabei vermeiden wir dramatische Worte, die Ängste verstärken könnten. Statt „Gefahr“ oder „Gift“ besser sprechen von „Medikamente sind wichtig, aber auch ganz besondere Sachen, die <https://www.kita.de/wissen/gesundheitskompetenz-beginnt-frueh-wie-kinder-lernen-verantwortungsvoll-mit-medizinischen-themen-umzugehen/> nur Erwachsene nutzen dürfen, damit sie nicht aus Versehen Schaden anrichten“.

## **Arztbesuche und Vertrauen in Fachpersonal stärken**

Medikamente sind oft Thema bei Arztbesuchen. Um hier Vertrauen zu schaffen, können Sie als Eltern:

- Sachlich und ruhig erklären, warum der Arzt Medizin gibt.
- Das Kind in altersgerechte Abläufe einbinden, z. B. Fragen stellen oder eine Hand halten.
- Beim Arztbesuch unterstützende Fachkräfte (z. B. Kinderärztinnen) erläutern lassen, wie Medikamente helfen.

So gewinnt das Kind Sicherheit – und die Erfahrung, dass Medikamente sorgfältig eingesetzt und von Experten überwacht werden.

## **Hilfreiche digitale Informationsangebote nutzen**

Viele Eltern und Fachkräfte nutzen heute digitale Informationsangebote, um sich schnell und verlässlich zu informieren. Dazu empfehlen wir:

- [www.kindersicherheit.de](http://www.kindersicherheit.de) – praxisnahe Tipps zum Thema Medikamente und Sicherheit für Familien
- [www.kinder-und-medizin.de](http://www.kinder-und-medizin.de) – altersgerechte Informationen über den Umgang mit Medikamenten

- Regionale Giftnotrufnummern für den Notfall: Diese sind jederzeit erreichbar bei Verdacht auf Vergiftungen oder unsachgemäßen Medikamentenkonsum. Die Nummer Ihres Giftnotrufs finden Sie meist auf der Webseite Ihres Gesundheitsamtes oder bundesweit unter [www.vergiftungsinformationszentren.de](http://www.vergiftungsinformationszentren.de).

## Mini-Checkliste: Medikamente & Kindersicherheit im Alltag

Checkpunkt Status Notizen Medikamente kindersicher aufbewahrt (hoch, verschlossen)  Regel „nur Erwachsene geben Medikamente“ erklärt und wiederholt  Auch in der Kita mit Fachkräften abgestimmt Rollenspiele mit kindgerechtem Material begleiten  Keine echten Medikamente verwenden Eltern und Kita kommunizieren regelmäßig  Für einheitliche Regeln und Sicherheit Notfallnummer (Giftnotruf) griffbereit  z. B. Erste Hilfe Flyer, Smartphone speichern

## Fazit

Das Spielen mit Medikamenten ist für Kinder eine Möglichkeit, ihre Umwelt zu verstehen und eigene Erlebnisse zu verarbeiten. Als Eltern und pädagogische Fachkräfte begleiten wir dieses Verhalten mit klaren Regeln und Gesprächen, die die Gesundheitskompetenz unserer Kinder fördern. Die wichtigste Sicherheitsregel lautet: **Nur Erwachsene geben Medikamente.**

Indem wir Routinen im Kita-Alltag etablieren, Rollenspiele sinnvoll begleiten und als vertrauensvolle Gesprächspartner da sind, legen wir den Grundstein für einen sicheren und bewussten Umgang mit Medikamenten – und fördern so die Gesundheit und Entwicklung unserer Kinder nachhaltig.

Nutzen Sie auch digitale Informationsangebote zur Unterstützung und speichern Sie die regionale Telefonnummer des **Giftnotrufs** für den Notfall. So sind Sie gewappnet und können Ihr Kind bestmöglich schützen.

...