



Kinder- und Jugendarztpraxis
Dr. Andrea Seiler
Dr. Jasmin Pletl- Maar
Dr. Hajni Gabriele Graf
Neumühle 2
91056 Erlangen

Elternmerkblatt: Fieber

Von Fieber spricht man, wenn die Körpertemperatur im Po gemessen über 38,5° ansteigt. Fieber ist eine sinnvolle Reaktion des Körpers und muss nur selten behandelt werden.

Bei fieberhaften Temperaturen wird die Vermehrung von Bakterien und Viren verlangsamt, gleichzeitig arbeitet unsere körpereigene Abwehr schneller. Die hohen Temperaturen sind also wichtig zur Bekämpfung der Krankheitserreger.

Der Ablauf von Fieber lässt sich wie folgt beschreiben:

1. Setzt sich der Körper mit Krankheitserregern auseinander, sendet das Gehirn ein Signal aus, dass die Temperatur erhöht werden soll.
2. Dann beschäftigt sich der gesamte Körper damit, Wärme zu produzieren. Die Muskulatur zittert, um die Glieder zu erwärmen, auch Schüttelfrost genannt. Dabei frieren die Kinder oft. **Helfen Sie dem Kind, indem Sie es wärmen und zudecken, solange bis Hände und Füße warm sind.**
3. Während das Kind fiebert ist es oft müde und schlapp, der Körper ist voll und ganz mit der Bekämpfung der Erkrankung beschäftigt. **Helfen Sie dem Kind, indem Sie ihm liebevolle Zuwendung, Ruhe und eine angenehme Umgebung bieten. Es ist innerlich aktiv und sollte nicht auch noch äußerlich aktiv sein.**
4. Hat das Fieber seine Arbeit getan und das Kind von Kopf bis Fuß erwärmt, senkt der Körper die Temperatur nach einer Weile wieder. **Helfen Sie dem Kind, indem Sie es leicht aufdecken, es sollte aber nicht frieren.**

Gerade im Kleinkindalter fiebern Kinder sehr hoch und jedes Kind reagiert sehr unterschiedlich darauf. Fieber selbst ist keine Krankheit, sondern nur ein Symptom einer Krankheit. Fieber alleine ist nicht gefährlich, manchmal erreicht die Temperatur auch 40-41 Grad. Es muss nicht zwingend gesenkt werden. Wenn durch die oben genannten Maßnahmen das Befinden nicht gebessert werden kann, können Schmerzmittel wie Ibuprofen und Paracetamol eingesetzt werden, die auch fiebersenkende Wirkung haben.

Wann sollten Sie einen Arzt aufsuchen?

- Alle Kinder die jünger als 3 Monate alt sind sollten noch am selben Tag einem Arzt vorgestellt werden
- wenn das Kind nicht wie gewöhnlich reagiert, apathisch oder verändert wirkt, wenn es sich nicht trösten lässt oder nicht aufhört zu weinen
- wenn das Kind sehr krank wirkt, einen steifen Hals hat (Schmerzen im Nacken bei Bewegung des Kopfes, Schwierigkeiten, das Kinn auf die Brust zu senken) oder mehr als 6 Stunden nichts mehr trinkt (Essen ist erst mal nicht so wichtig)
- Wenn gemeinsam mit Fieber Hautausschläge auftreten

Was können Sie zuhause tun?

- Lauwarme Wadenwickel, lauwarme Stirnlappen
- Zitronenscheiben an den Füßen(altes Hausmittel, wirkt auch auf der Stirn)
- Tees, leicht gesüßt, welche das Kind mag, leichte Kost und Ruhe

Medikamente wie Ibuprofen und Paracetamol wirken schmerzlindernd, entzündlich und fiebersenkend. Sie können begrenzt verabreicht werden, Überdosierungen sind gefährlich. Es wird nur der natürliche Fieberverlauf unterbrochen, sie haben keine heilende Wirkung. Fieberkrämpfe, die bei manchen Kindern auftreten, können dadurch nicht verhindert werden. Einfache Krampfanfälle verursachen keine Schäden.

Wann kann das Kind wieder in den Kindergarten/die Schule?

Das Kind sollte so lange zuhause bleiben, bis Sie denken, „heute hättest Du auch wieder in den Kindergarten gehen können.“

Wir hoffen, Ihnen mit diesen Informationen geholfen zu haben.

Kleine banale Infekte benötigen keinen Arzt.