



# Merkblatt

## Fieber

### Wann sprechen wir von Fieber?

Die Körpertemperatur ist nie konstant, je nach Tageszeit kann sie bis zu 2 Grad Celsius (36°-37.5°) variieren. Früh morgens ist sie meistens am tiefsten und früh abends am höchsten. Wir sprechen von Fieber, wenn die Körpertemperatur bei **Säuglingen < 3 Monaten 38°C** und bei **älteren Kindern 38.5°C übersteigt**.

### Warum Fieber, was ist Fieber?

Fieber ist **keine Krankheit**, es ist ein Zeichen der aktiven Immunabwehr des Körpers. Fieber ist ungefährlich und die Höhe des Fiebers hat keinen Zusammenhang mit dem Schweregrad der vorliegenden Krankheit. Es gibt verschiedene Ursachen für Fieber. Die häufigste Ursache im Kindesalter sind Infektionen durch **Viren**. Virale Infektionen können nicht mit Antibiotika behandelt, sondern nur symptomatisch, behandelt werden. Falls eine bakterielle Infektion die Ursache des Fiebers ist, kann diese gezielt antibiotisch behandelt werden. Selten können allergische Reaktionen, Impfungen, chronische Erkrankungen und andere Ursachen, wie rheumatische Erkrankungen, Sonnenbrand oder auch mal Zahnen, zu Fieber führen.

### Wie wird Fieber bei Kindern gemessen?

- bei Säuglingen bis 12 Monate, empfehlen wir die Temperatur rektal (im Po) zu messen
- bei Kindern > 12 Monaten kann die Temperatur unter der Achsel oder im Ohr gemessen werden.

### Was tun bei Fieber?

Hohes Fieber kann zur Beeinträchtigung des **Allgemeinzustandes** ihres Kindes führen. Wenn Ihr Kind durch das hohe Fieber beeinträchtigt ist (sehr schlapp, irritabel, trinkschwach):

- ziehen Sie ihr Kind aus und bekleiden oder bedecken Sie es nur leicht, damit sich die Hitze nicht im Körper staut
- hohes Fieber kann zu Flüssigkeitsverlust führen, deshalb geben Sie häufig kleine Flüssigkeitsmengen
- geben Sie Paracetamol (Zäpfchen, Sirup) in der korrekten für das Alter und Gewicht berechneten Dosis max. alle 6 Stunden pro Tag.
- Bei Kindern > 6 Monate dürfen Sie alternativ, oder ergänzend Ibuprofen (Algifor) geben, max. alle 8h

- beobachten Sie den Verlauf: das Fieber sollte nach Gabe von Paracetamol oder Ibuprofen (ca. 60 Minuten) sinken und der Allgemeinzustand des Kindes besser werden. Sollte dies nicht der Fall sein, melden Sie sich bei Ihrer Ärztin/Arzt
- geben Sie nicht länger als 2 Tage Paracetamol alle 6 Stunden ohne ärztliche Kontrolle oder Rückfrage in der Praxis.

### Wann zur Ärztin/Arzt (redflags)

- Kind ist unter 3 Monate alt und hat  $>38^{\circ}\text{C}$
- Kind erbricht ständig und verweigert Flüssigkeit
- Kind hat Atemnot
- Kind wird zunehmend apathisch, lethargisch
- Kind mit Fieber und Nackenstarre
- Fieberdauer  $> 3$  Tage
- Kind ist trotz Fieber senkenden Medikamenten in schlechtem Allgemeinzustand
- bei Auftreten eines Fieberkrampfs

### Fieberkrampf

Das Fieber kann langsam aber auch sehr schnell ansteigen. Selten kann es bei einem fieberhaften Infekt zu einem Fieberkrampf kommen. Fieberkrämpfe sind selten, treten meistens im Alter zwischen 6 Monaten und 5 Jahren auf und haben keine Langzeitfolgen für ihr Kind. Die Gabe von fiebersenkenden Medikamenten kann den Fieberkrampf nicht verhindern.

### Zusammenfassung

- Kinder haben häufig Fieber, die häufigste Ursache sind virale Infekte
- Säuglinge unter 3 Monate mit Fieber ab  $38^{\circ}\text{C}$  müssen rasch eine ärztliche Kontrolle haben
- Fieber ist nicht schädlich oder gefährlich, es ist ein Zeichen, dass sich der Körper gegen die Infektion wehrt. Wichtig ist der Zustand des Kindes nicht die Höhe des Fiebers
- Wenn ihr Kind spielen mag und zufrieden wirkt, muss das Fieber nicht unbedingt gesenkt werden. Bei Schmerzen, Beeinträchtigung des Allgemeinzustandes können Sie ein Medikament gegen das Fieber geben. Zusätzlich genügend Flüssigkeit verabreichen und weiter beobachten
- Melden Sie sich bei der Ärztin/Arzt wenn Sie sich unsicher/unwohl fühlen oder eine der obengenannten **redflags** zutrifft.

Fiebernde Kinder werden fast immer von selbst gesund. Die besten Heilmittel sind normalerweise Zeit, Ruhe und liebevolle Zuwendung.