

# Mein Kind hat Fieber!

**Erste Fragen:** Haben Sie die Temperatur korrekt, d.h. im Po (rektal) mit einem digitalen Thermometer gemessen? Liegt die Temperatur über 38°C?

Schätzen Sie den Zustand Ihres Kindes ein!

Wie alt ist Ihr Kind? Ist es grundsätzlich gesund oder hat es ein Grundrisiko durch z.B. Herzfehler, Immundefekt, Epilepsie, Diabetes, kleines Frühgeborenes, Asthma, Mukoviszidose...?

## Allgemeine Information

Akutes Fieber ist fast immer eine Reaktion auf eine Infektion, es entsteht durch Abwehrreaktionen des Immunsystems aber auch aufgrund von Signalstoffen, die vom Krankheitserreger gebildet werden können. Fieber scheint durchaus seinen Sinn bei der Infektionsabwehr zu haben, da es sich in der Evolution durchgesetzt hat.

Von „Fieber“ spricht man ab 38°C (38,5°C) Körperkerntemperatur. Wir empfehlen grundsätzlich nur die rektale Messung (im Po).

Die allermeisten Infektionen sind durch Virusinfektionen verursacht und werden nicht mit Antibiotika behandelt. Die Höhe des Fiebers hat nichts mit der Gefährlichkeit der Krankheit zu tun. Ob der Infekt gefährlich ist, erkennen Sie nur daran, ob es Ihrem Kind gut oder schlecht geht.

Steigendes Fieber ist oft mit Schüttelfrost und eher kalten/marmorierten Extremitäten verbunden, hat das Kind seine neue „Solltemperatur“ erreicht, ist es trocken heiß und es geht ihm oft relativ gut. Fallendes Fieber, z.B. nach Gabe von fiebersenkenden Medikamenten, ist oft mit Hautrötung/Schweißausbruch verbunden.

Muss man Fieber unbedingt senken? Nein, nicht unbedingt. Kindern geht es oft trotz des Fiebers recht gut. Ein durch Medikamente herbeigeführtes, ständiges Auf- und Ab der Temperatur muss kein Vorteil sein. Wichtiger als dauerndes Fiebermessen ist das Beobachten des Kindes! Das betrifft den Allgemeinzustand, aber dazu gehört auch, dass Sie Ihr Kind gelegentlich komplett entkleiden, um keinen Ausschlag zu übersehen. Fieber senkende Medikamente richten nichts gegen die Krankheit aus, sie können nur dazu dienen, dem Kind Schmerzen zu lindern oder sein Wohlbefinden zu verbessern.

## Vorgehen bei fieberndem Kind:

### Achten Sie auf NOTFALLSYMPTOME:

- **Bewußtseinsverlust**
- **Nackensteife** (das Kind lässt sich in Rückenlage nicht den Kopf beugen, so dass das Kinn die Brust erreicht. Dabei in sehr schlechtem Zustand! Also nicht ein tobendes Kind, das sich kraftvoll gegen „alles“ wehrt)
- **Nicht wegdrückbare, dunkelrote Flecken** (Blutergüsse), die neu und ohne Anlass auftreten, v.a. an den Beinen/Unterschenkeln
- **Krampfanfall** (mit Bewusstlosigkeit)
- **Schwere Atemnot** mit Blauverfärbung der Haut

➔ **Kein Zuwarten! Wenn Praxis nicht sofort erreichbar: Direkte Veranlassung eines Notarzt-Einsatzes!!! Notruf 112**

## **Bei folgenden Symptomen wenden Sie sich bitte sofort an die Praxis:**

Akute Verschlechterung des Gesamtzustandes

Unstillbares Schreien/schwere Schmerzen

Fieber über 41°C

Atemnot

Alle Neugeborenen und Säuglinge 0 -3 Monate alt und über 38°C, Säuglinge, die schlecht trinken

Hohes Fieber länger als 3Tage Dauer (alle Kinder, egal wie alt)

Schwere Grunderkrankung (Herzfehler, kleines Frühgeborenes, Asthma, Diabetes, bekannte Nierenerkrankung, Kinder mit schwerer Behinderung)

## **Welche Kinder können zuhause in Ruhe beobachtet werden?**

Keins der oben genannten Probleme trifft zu

Alle nicht krank wirkenden Kinder ab 4 Monaten (wach, aktiv, gutes Trinkverhalten)

## **Wann und wozu sollten Sie Medikamente geben?**

Beobachten Sie Ihr Kind! Geben Sie Medikamente nur dann, wenn es Ihrem Kind nicht gut geht (jammrig, dösig, Schmerzen, trinkt nicht, schläft nicht).

Ein Fiebermittel ist kein Heilmittel, welches das Fieber sicher und anhaltend senkt oder gar die Krankheit bekämpft. Die „Fiebermittel“ Paracetamol und Ibuprofen sind gleichzeitig auch Schmerzmittel und sollten eher mit dem Ziel eingesetzt werden, das Wohlbefinden Ihres Kindes zu verbessern.

Paracetamol (z.B. Ben-u-ron) und Ibuprofen (z.B. Nurofen, Dolormin, Ibuflam etc.) sind sichere Medikamente, die Form von Zäpfchen, Säfte und Tabletten gegeben werden können. Bei Säuglingen und bei Kindern mit Erbrechen sollten bevorzugt Zäpfchen verwendet werden.

Korrekte Dosis und Abstände (siehe Beipackzettel) einhalten, auch wenn die Wirkung nicht bis zur nächstmöglichen Gabe (nach 6 bzw. 8 Stunden) anhält! Vermeiden Sie Überdosierungen aus Angst vor dem Fieber! Vermeiden Sie die Gabe verschiedener Mittel ohne ärztliche Anordnung! Misstrauen Sie Tipps aus dem Internet! Überprüfen Sie besser nochmals, wie es Ihrem Kind geht (keine Notfallsymptome, s.o.).

## **Sinnvolle Gründe für den Einsatz von Fieber-/Schmerzmitteln:**

Verbesserung des Wohlbefindens/der Wachheit

Besseres Trinken

Schmerzlinderung

Beruhigung/Schlaf ermöglichen

Schauen, ob der Zustand sich bessert („Dreht“ das Kind plötzlich auf? Dies wäre ein Zeichen, dass keine bedrohliche Krankheit vorliegt).

## **Ab welcher Temperatur wird das Fieber gefährlich?**

Das Fieber an sich ist nicht gefährlich! Es gibt keine gefährliche Grenztemperatur, das Fieber steigt auch nicht unbegrenzt weiter! Viele Infekte, die sehr hohes Fieber verursachen, sind völlig harmlos und manche bedrohlichen Krankheiten verursachen eher wenig Fieber. Es kommt darauf an, zu erkennen, ob neben der erhöhten Körpertemperatur andere Zeichen auftreten, die auf eine gefährliche Ursache des Fiebers hindeuten:

Achten Sie besonders auf **NOTFALLSYMPTOME** s.o.!

## **Kann Ihr Kind einen Fieberkrampf erleiden?**

Sehr unwahrscheinlich, wenn es bereits einige Stunden hohes Fieber hat, da diese meist vor oder beim schnellen Anstieg des Fiebers auftreten. Wenn es noch nie einen

Fieberkrampf hatte und in der Familie keine Fieberkrämpfe vorkommen, beträgt das statistische Risiko ca 3%. Die Ursache liegt in einer altersbedingt erhöhten Empfindlichkeit des Gehirns gegenüber Infekten mit plötzlichem Temperaturanstieg. Eine Vorbeugung ist auch mit hoch dosierten Fiebermedikamenten kaum möglich. Hatte Ihr Kind bereits einen Fieberkrampf, beträgt das Wiederholungsrisiko im Kleinkindalter allerdings 30% (mit zunehmenden Alter abnehmend). Das Vorgehen bei Fieber sollte ärztlich besprochen sein, ein krampflösendes Notfallmedikament sollte immer vorhanden sein.

Tritt ein Fieberkrampf auf, handelt es sich um ein Ereignis mit kurzem Bewusstseinsverlust, Zuckungen oder Erschlaffen des Kindes, Augenverdrehen, Blauwerden. Trotz des dramatischen Erscheinungsbilds hört so ein Krampfanfall meist nach Sekunden oder wenigen Minuten von selbst auf. Das Gehirn wird dadurch nicht nachhaltig geschädigt. Es handelt sich nicht um den Beginn einer Epilepsie.

### **Was tun bei einem Fieberkrampf?**

Handelt es sich um das erste Ereignis, verfügen Sie über kein Notfallmedikament. Versuchen Sie **Ruhe** zu bewahren, **vermeiden Sie Verletzungsgefahren** für Ihr Kind, es hat keinerlei Körperkontrolle: legen Sie es am besten auf den Boden.

Setzen Sie sofort einen **Notruf** ab: **112!** Legen Sie nicht auf, bevor alle Fragen der Rettungsleitstelle beantwortet sind!

### **Welche „Hausmittel“ sind bei Fieber zu empfehlen?**

Zu allererst das Trinken! Ihr Kind hat einen erhöhten Flüssigkeitsbedarf. Nimmt Ihr Kind eine kühle Flüssigkeit dankbar an, handelt es sich um eine sinnvolle Reaktion, die Ihnen zeigt, dass Ihr Kind sich regulieren kann. Vermeiden Sie aber Zwang unter der Vorstellung „viel hilft viel“. Es gelingt nicht, ein Kind mit viel Flüssigkeit „von innen abzukühlen“!

Besteht aber Apathie und anhaltende Verweigerung jeder Flüssigkeitsaufnahme, wenden Sie sich bitte sofort an Praxis bzw. kinderärztlichen Notdienst.

Ziehen Sie Ihr Kind luftig an und decken Sie es nur dünn zu.

„Wadenwickel“: Sie können (lauwarme!) Wickel auf Waden, aber auch Oberschenkel, Arme oder Stirn aufbringen, wenn diese sich heiß anfühlen. Am besten kräftig ausgewrungenes Geschirrtuch (nicht tropfend!), Temperatur unter Körperwärme, aber nicht „kalt“! Dauer 10 min. Anschließend Körper nur dünn bedecken. Nicht anwenden bei Kindern, die sich massiv dagegen wehren, nicht auf kalte/marmorierte Extremitäten (wie sie häufig bei ansteigendem Fieber zu beobachten sind).

Homöopathische Mittel (z.B. Belladonna-Globuli, Viburcol-Zäpfchen) sind medizinisch ohne Wert und werden nicht empfohlen.