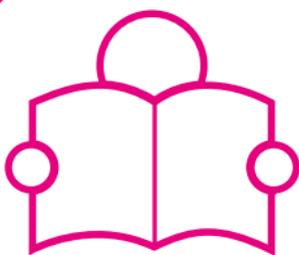


Fieber



Patienten-Ratgeber

Die Familienunternehmen InfectoPharm und Pädia gehören zu den führenden Herstellern von Medikamenten und Gesundheitsprodukten, insbesondere für Kinder. Für Groß und Klein entwickeln wir qualitativ hochwertige und innovative Präparate, um Ihnen die Therapie zu erleichtern und damit den Therapieerfolg zu verbessern.

Ärzte, Hebammen und Apotheker vertrauen auf die Qualität und Wirksamkeit unserer Präparate und schätzen unsere langjährige Erfahrung. Darum wird auch das umfangreiche Angebot unserer leicht verständlichen Service- und Informationsmaterialien für Patienten gerne genutzt.

Wir freuen uns sehr, wenn wir auch Sie und Ihre Familie mit diesem Ratgeber in der gegenwärtigen Situation unterstützen können, und wünschen gute Besserung!

Ihre



Familie Zöller

Liebe Patienten,

vermutlich haben Sie diesen Patienten-Ratgeber erhalten, weil Ihr Kind unter Fieber leidet. Kinder haben häufiger Fieber als Erwachsene. Fieber an sich ist nicht gefährlich, sondern vielmehr ein nützlicher Beitrag der natürlichen Abwehrreaktion des Körpers. Es hilft bei der natürlichen Bekämpfung von Krankheitserregern, insbesondere Viren. In den meisten Fällen klingt das Fieber komplikationslos wieder ab, dennoch kann Ihr Kind darunter leiden.

Mit diesem Ratgeber möchten wir Ihnen Tipps geben, wie Sie Ihrem fiebernden Kind am besten helfen können. Wie wird richtig Fieber gemessen? Wann sollten Sie einen Arzt aufsuchen? Wie kann das Fieber gesenkt werden? Wie kann dem Kind sonst noch geholfen werden?

Auf diese und weitere Fragen rund um das Thema Fieber finden Sie in diesem Ratgeber Antworten.

Ihr Team von



*Alle Leserinnen und Leser sind uns unabhängig von ihrem Geschlecht gleichermaßen wichtig und willkommen. Zur besseren Lesbarkeit verwenden wir in diesem Heft überwiegend nur eine Gender-Form. Wir danken für Ihr Verständnis.

Was ist Fieber?

Die normale Körpertemperatur liegt zwischen 36,5°C und 37,5°C. Steigt sie auf 38°C und höher, so spricht man von Fieber. Doch handelt es sich dabei um keine eigenständige Krankheit. Vielmehr ist die erhöhte Körpertemperatur ein begleitendes Symptom. Es deutet darauf hin, dass sich das Abwehrsystem des Körpers beispielsweise gegen Krankheitserreger wehrt. In den meisten Fällen handelt es sich bei diesen Erregern um Viren.

Bei Säuglingen unter 3 Monaten steckt hinter dem Fieber häufiger als bei älteren Kindern eine bedrohliche Infektionskrankheit – Sie sollten umgehend einen Kinderarzt aufsuchen!

Welche Funktion hat Fieber?

„Gebt mir die Macht, Fieber zu erzeugen, und ich heile jede Krankheit“. Schon vor etwa 2.500 Jahren wusste der griechische Philosoph Parmenides von den positiven Effekten des Fiebers bei der Infektionsabwehr: Der menschliche Körper erzeugt Fieber, indem er seine Körpertemperatur nach oben reguliert. Die höhere Temperatur unterstützt das körpereigene Immunsystem bei der Abwehr von Krankheitserregern. Somit ist Fieber in aller Regel nützlich und kann zur Heilung beitragen. Auch geht Fieber oftmals mit Müdigkeit und Abgeschlagenheit einher, was dazu führt, dass Ihr Kind sich automatisch schont und dadurch zur Ruhe kommt.

Dennoch kann Fieber auch ernste Ursachen haben. Aus diesem Grund sollten Sie Ihr fieberndes Kind aufmerksam beobachten und bei zusätzlichen Krankheitszeichen einen Arzt aufsuchen.

Was ist ein Fieberkrampf?

Ein Fieberkrampf tritt typischerweise bei Kindern im Alter von 6 Monaten bis 5 Jahren auf. Durch einen plötzlichen, starken Anstieg der Körpertemperatur kann es zu Krämpfen in der Muskulatur kommen. Das Kind wird bewusstlos, fängt an zu zucken und verdreht die Augen. Obwohl ein solcher Krampfanfall beängstigend aussieht, verläuft er meist harmlos. Versuchen Sie deshalb ruhig zu bleiben und sorgen Sie dafür, dass sich Ihr Kind nicht an Gegenständen in der Umgebung verletzen kann. Der Zustand dauert meist nur wenige Minuten an und klingt in der Regel folgenlos ab. Nach einem Fieberkrampf sollten Sie Ihr Kind von einem Kinderarzt untersuchen lassen, der mit Ihnen das weitere Vorgehen besprechen wird.



Richtig Fieber messen

Wenn Sie bemerken, dass sich Ihr Kind schlechter fühlt, sollten Sie seine Körpertemperatur kontrollieren. Es gibt mehrere Arten, die Körpertemperatur zu messen:

Digitale Thermometer sind leicht zu bedienen und lassen sich sicher ablesen. Ein zuverlässiges Ergebnis erhalten Sie durch Messung der Körpertemperatur im Po („rektal“). Denn je näher die Messung am Körpermittelpunkt durchgeführt wird, umso genauer ist sie. Hierfür wird das Thermometer an der Spitze angefeuchtet oder mit etwas Vaseline bestrichen und etwa 1 cm in den After eingeführt. Am besten gelingt dies, wenn das Kind auf der Seite oder auf dem Rücken liegt und die Beine angewinkelt sind.



Die Messung mit einem Ohrthermometer dauert nur wenige Sekunden und wird vor allem von älteren Kindern oftmals als angenehmer im Vergleich zur rektalen Messung empfunden. Für ein exaktes Messergebnis sollte die Ohrmuschel etwas nach oben gezogen werden. Dadurch wird der äußere Gehörgang gestreckt, was dazu führt, dass möglichst nah am Trommelfell gemessen werden kann. Achten Sie darauf, dass Ihr Kind zuvor nicht auf dem Ohr gelegen hat, in dem Sie die Körpertemperatur messen wollen. Dies könnte die Messung verfälschen.

Alternativ können Sie die Körpertemperatur auch im Mund unter der Zunge oder unter der Achsel Ihres Kindes messen. Im Unterschied zur Messung im Po zeigen diese Methoden eine im Durchschnitt etwa $0,5^{\circ}\text{C}$ niedrigere Temperatur an.

Die Körpertemperatur des Kindes mit Hilfe der Hand oder Wange zu bestimmen, kann einen ersten Anhaltspunkt für mögliches Fieber geben. Da die Wahrnehmung z. B. durch die Wärme oder Kälte der eigenen Hand beeinflusst wird, ersetzt das Fühlen nicht die eigentliche Fiebermessung.

Wann sollten Sie einen Arzt aufsuchen?

Kinder haben häufiger Fieber als Erwachsene. Der Körper kennt im Kindesalter nur vergleichsweise wenige Krankheitserreger, sodass mehr Infektionen als im späteren Leben auftreten. Weil das Immunsystem bei einem neuen Erreger zunächst eine fieberhafte Abwehrreaktion entwickelt, haben Kinder in der Regel mehrmals pro Jahr Fieber.

Viele Eltern sind beunruhigt, wenn ihr Kind fiebert, sodass Fieber der häufigste Grund für eine Vorstellung beim Kinder- oder Hausarzt ist. Ein Arztbesuch ist jedoch nicht in jedem Fall nötig. Nur bei weniger als 1 % der im Notdienst vorgestellten Kinder liegen ernsthafte Infektionen vor.

Allgemein gilt: Ist Ihr Kind munter, verhält sich ähnlich wie sonst und trinkt ausreichend, so müssen Sie nicht unbedingt einen Arzt aufsuchen. Hat Ihr Kind jedoch zusätzlich zum Fieber eines oder mehrere der folgenden Symptome, sollten Sie es einem Arzt vorstellen:

- > Beeinträchtigter oder gar schlechter Allgemeinzustand
- > Teilnahmslosigkeit
- > Trinkverweigerung
- > Appetitlosigkeit
- > Atemschwierigkeiten
- > Heftige Bauchschmerzen
- > Hautausschlag oder Ihr Kind ist sehr blass
- > Anhaltendes Weinen oder schrilles Schreien
- > Die Windel und Schleimhäute sind trocken



Speziell für Säuglinge gilt: Ist Ihr Kind jünger als 3 Monate alt, sollten Sie bei Fieber umgehend einen Arzt aufsuchen.

Unabhängig vom Alter Ihres Kindes sollten Sie auch bei Fieber, das länger als drei Tage anhält, oder wenn Sie vom Zustand Ihres Kindes beunruhigt sind, mit einem Arzt sprechen, um mögliche Ursachen abzuklären. Für den Arzt ist es sehr hilfreich, wenn Sie ein Tagebuch über Fieber (gemessene Körpertemperatur und Uhrzeit) und den Verlauf der anderen Krankheitszeichen führen.

Auch ohne das Warnzeichen Fieber können Neugeborene von schweren Infektionen betroffen sein. Wenn Ihr Kind nicht trinken möchte, eine veränderte Hautfarbe hat oder Sie sonstige Krankheitszeichen an Ihrem Kind bemerken, die Sie beunruhigen, sollten Sie unbedingt einen Kinderarzt aufsuchen.



Diese Medikamente helfen

Fiebersenkende Medikamente

Fieber kann eine große Belastung für Ihr Kind sein. Glücklicherweise stehen Ihnen eine Reihe von Medikamenten zur Verfügung, die dabei helfen können, das Fieber Ihres Kindes zu senken. Eine absolute Grenze, ab der Sie fiebersenkende Medikamente einsetzen sollten, gibt es nicht. Dennoch ist es ratsam, sehr hohes Fieber (40 °C und mehr) zu senken. Ansonsten sollten Sie bei der Entscheidung für oder gegen ein fiebersenkendes Medikament genau auf den Zustand Ihres Kindes achten: Fühlt es sich schlecht und leidet, können Sie auch bei Fieber unter 40 °C zu fiebersenkenden Mitteln greifen. Wenn sich Ihr Kind gesund fühlt, aktiv ist, weiterhin isst und trinkt, ist eine medikamentöse Behandlung hingegen meist nicht nötig.

Typische fiebersenkende Wirkstoffe sind Paracetamol und Ibuprofen. Beide Substanzen sind in ihren fiebersenkenden



Eigenschaften und in der Wirkstärke ähnlich. Welches Mittel für Ihr Kind das Richtige ist, können Sie ausprobieren. Acetylsalicylsäure hingegen sollte Kindern unter 16 Jahren zur Fiebersenkung nicht gegeben werden.

Sind Antibiotika bei Fieber sinnvoll?

Antibiotika wirken nicht gegen Fieber. Vielmehr bekämpfen sie Bakterien, die bei einer Infektion die Ursache für die erhöhte Körpertemperatur sein können. Meistens wird Fieber allerdings durch Viren ausgelöst, gegen die ein Antibiotikum wirkungslos ist. In den meisten Fällen ist die Gabe eines Antibiotikums daher nicht nötig und das körpereigene Abwehrsystem kann die Erreger alleine bekämpfen.

In manchen Fällen wird Ihr Arzt Ihrem Kind jedoch ein Antibiotikum verschreiben. Dies ist der Fall, wenn eine bakterielle Infektion wie zum Beispiel Scharlach oder eine bakterielle Mittelohrentzündung Auslöser des Fiebers ist. Dann sind Antibiotika sehr hilfreich und entfalten ihre Wirkung schnell, sodass es Ihrem Kind schon bald wieder besser gehen wird. Es ist jedoch wichtig, die Antibiotikabehandlung nicht ohne Rücksprache mit Ihrem Arzt zu beenden, sondern die empfohlene Dauer der Einnahme einzuhalten.

Meistens sind Viren die Ursache für Fieber. Antibiotika sind hier wirkungslos. Stattdessen können die begleitenden Symptome behandelt und gelindert werden. Sind bakterielle Infektionen Auslöser des Fiebers, helfen Antibiotika in den meisten Fällen schnell und wirkungsvoll.

Helfen ohne Medikamente

Auch ohne Medikamente können Sie als Eltern Ihrem Kind helfen. Dabei ist es wichtig, den Körper beim natürlichen Genesungsprozess zu unterstützen. In der Phase des Fieberanstiegs reguliert der Körper den Sollwert der Körpertemperatur nach oben. Solange dieser höhere Wert noch nicht erreicht ist, kann Ihr Kind frieren. Zeichen dafür sind z. B. Zittern, Blässe oder kalte Füße. Unterstützen Sie Ihr Kind in dieser Phase, indem Sie es mit einer Decke wärmen und gegebenenfalls eine Wärmflasche anbieten.

Fällt das Fieber ab, versucht der Körper wieder die normale Körpertemperatur einzustellen. Um Ihr Kind bei der Wärmeabgabe zu unterstützen, sollten Sie für eine kühle Raumtemperatur sorgen. Wenn Sie zudem merken, dass Ihr Kind schwitzt, sollten Sie es zum Beispiel von einer warmen Decke befreien und es nicht zu warm anziehen.



Zusätzlich können Sie in dieser Phase einen Wadenwickel anwenden. Hierfür umwickeln Sie die Waden Ihres Kindes mit Handtüchern, die Sie zuvor mit handwarmem, jedoch keinesfalls kaltem Wasser befeuchtet haben. Dies kann dabei helfen, Ihr Kind bei der Wärmeabgabe zu unterstützen.

Zudem hat Ihr Kind während des gesamten Krankheitsverlaufs einen erhöhten Flüssigkeitsbedarf. Daher sollten Sie darauf achten, dass Ihr Kind genug trinkt. Am besten eignet sich Wasser oder mit Zucker gesüßter Tee, vor allem, wenn das Kind wenig isst. Ihr Kind braucht pro Tag etwa 50 bis 80 ml Flüssigkeit pro Kilogramm Körpergewicht. Das entspricht bei einem 2-jährigen Jungen, der 12 kg wiegt, 600–960 ml (etwa 3 bis 5 Tassen Tee). Junge Säuglinge werden gestillt bzw. erhalten Formelnahrung.



Helfen Sie Ihrem Kind sich schneller zu erholen, indem Sie für eine angenehme und ruhige Umgebung sorgen. Liebevoller Zuwendung und Nähe unterstützen Ihr Kind bei der Heilung.

Wissen auf den Punkt gebracht – das Wichtigste zum Schluss

- > Ab 38 °C spricht man von Fieber.
- > Fieber hilft dem Körper, Krankheitserreger schneller zu bekämpfen.
- > Bei Fieber handelt es sich meistens lediglich um das Symptom einer Infektion.
- > In den meisten Fällen sind Viren die Krankheitserreger. Dann sind Antibiotika wirkungslos.
- > Ist Fieber durch eine bakterielle Infektion verursacht, helfen Antibiotika hingegen in der Regel schnell und wirkungsvoll.
- > Geeignete fiebersenkende Wirkstoffe sind Paracetamol und Ibuprofen.
- > Ihr Kind sollte ausreichend trinken, um den Flüssigkeitsverlust auszugleichen.
- > Sie sollten einen Arzt aufsuchen, wenn
 - das Kind jünger als 3 Monate ist
 - das Fieber sehr hoch ist oder länger anhält
 - weitere Krankheitszeichen hinzukommen.



Wir danken Prof. Dr. Ulrich Heininger, Leitender Arzt für Infektiologie und Vakzinologie am Universitäts-Kinderspital beider Basel, für die fachredaktionelle Unterstützung bei der Erstellung dieses Ratgebers.

Fiebertagebuch

Datum	Temperatur	Weitere Krankheitszeichen (z. B. Husten, Schnupfen, Ausschlag, Durchfall, Erbrechen)
_____ Tag 1		
_____ Tag 2		
_____ Tag 3		
_____ Tag 4		
_____ Tag 5		
_____ Tag 6		
_____ Tag 7		

-  Keine Einschränkung durch das Fieber.
-  Krankheitsgefühl, aber will noch spielen.
-  Liegt abgeschlagen im Bett.

	Wohlbefinden des Kindes
	
	
	
	
	
	
	

Patienten-Ratgeber

Unsere Patienten-Ratgeber

- Leicht verständlich geschriebenes Wissen zu den unterschiedlichsten Erkrankungen und Themenbereichen
- Praktische Tipps für den täglichen Umgang mit häufigen Beschwerden
- Von erfahrenen Ärzten überprüft
- Wir haben auch einige fremdsprachige Ratgeber im Angebot, u.a. in Englisch, Türkisch, Russisch, Französisch, Arabisch, Persisch

All unsere informativen Ratgeber finden Sie online unter www.infectopharm.com/ratgeber oder ganz einfach durch Abscannen des QR-Codes

A8002.032-03





31

Wir hoffen, dass wir Ihnen mit dieser Broschüre hilfreiche Tipps geben konnten, wie Sie Ihrem fiebernden Kind am besten helfen können.

Falls Sie weitere Fragen haben, wenden Sie sich vertrauensvoll an Ihren Arzt oder Apotheker.

Diese Broschüre wurde überreicht durch:

Praxis-/Apothekenstempel

Hinweis: Der Inhalt dieser Broschüre dient ausschließlich der Information und kann keinesfalls die ärztliche Beratung ersetzen. Bei speziellen Fragen suchen Sie bitte den Arzt auf.

InfectoPharm Arzneimittel und Consilium GmbH · Pädia GmbH
Von-Humboldt-Str. 1 · 64646 Heppenheim · www.infectopharm.com · www.paedia.de

 **INFECTOPHARM**
Wissen wirkt.

 **pädia**