

Tipps bei Fieber

Richtig Fieber messen

Eine der ersten Maßnahmen, die Eltern ergreifen, wenn ihr Kind krank erscheint und sich heiß anfühlt, ist die Messung der Körpertemperatur.

Dies bei Säuglingen und Kleinkindern am besten im Po („rektal“) mit einem digitalen Thermometer. Alternativ können Sie die Temperatur auch mit einem speziellen Ohrthermometer im Gehörgang messen. Aufgrund der engen anatomischen Gegebenheiten ist diese Art der Messung bei Säuglingen aber schwierig und kann daher zu falschen Messergebnissen führen. Mehr als 38,5 °C gelten als Fieber (bei Neugeborenen jünger als 1 Monat schon 38 °C).

Woher kommt Fieber? Was sind die Ursachen?

Oft wird Fieber nur durch einen harmlosen Virusinfekt verursacht.

Sonstige mögliche Ursachen: Mittelohrentzündung, Mandelentzündung, Bronchitis, Magen-Darm-Infektion. Manche Infektionen erzeugen einen typischen Ausschlag der Haut, etwa bei den so genannten ‚Kinderkrankheiten‘. Findet sich bei der Untersuchung des Kindes keine Ursache für das Fieber, ist in der Regel eine Urinuntersuchung zum Ausschluss einer Harnwegsinfektion erforderlich.

Mit klinischer Untersuchung und Urinuntersuchung können ungefähr 90 % aller Fieberzustände erklärt und auch gezielt behandelt werden. Wenn Ihr/e Kinderarzt/-ärztin den Verdacht auf eine schwerwiegende Infektion hat, werden weitere Untersuchungen folgen (Blutentnahme für das Labor, evtl. Röntgen usw.).

- ➔ Warnzeichen können sein, dass Ihr Kind berührungsempfindlich ist, schrill schreit oder aber Ihnen insgesamt verändert und schwer krank vorkommt. Dann ist eine Vorstellung bei Kinderarzt notwendig!

Fieberverlauf

Bei der Diagnose kann es für den Arzt oft hilfreich sein, wenn er den Fieberverlauf kennt, wenn also die Temperatur über mehrere Tage, teilweise auch Wochen regelmäßig gemessen worden ist. Solche Temperaturkurven sollten zur Vorstellung beim Kinder- und Jugendarzt mitgebracht werden.

Was kann ich zu Hause tun?

- Bettruhe oder zumindest körperliche Schonung
- viel Zuwendung und Aufmerksamkeit durch Eltern
- Viel Trinken: Lassen Sie Ihr Kind alle viertel bis halbe Stunde kleine Mengen trinken, bei Säuglingen Muttermilch oder Muttermilchersatznahrung, bei älteren Kindern Wasser oder Tee.
- Essen: Oft haben Kinder weniger Appetit, wenn sie fiebern. Am besten geeignet sind leicht verdauliche Speisen. Zwingen Sie Ihr Kind jedoch nicht zum Essen. Nach Abklingen des Fiebers kommt der Appetit meist rasch von allein zurück.

- Wechseln Sie Kleidung, Bettwäsche und Handtücher häufig.

Bei Kindern, die trotz erhöhter Körpertemperatur munter sind und normal essen und trinken, müssen keine fiebersenkenden Maßnahmen ergriffen werden. Fieber kann allerdings den Allgemeinzustand eines Kindes beeinträchtigen: Es fühlt sich schlecht, hat Muskel- und Gliederschmerzen, ist appetitlos und quengelig. Andererseits gibt es Kinder, die selbst von hohem Fieber relativ unbeeinträchtigt bleiben und die dann auch keine Fiebersenkung benötigen.

Eine absolute Grenze, ab der eine Fiebersenkung notwendig ist, gibt es nicht, im Regelfall aber sollte Fieber über 40 °C gesenkt werden.

Aber auch bei niedrigeren Temperaturen, wenn das Kind offensichtlich leidet, ist es sinnvoll, das Fieber zu senken.

Bei kleinen Kindern stehen dafür Zäpfchen oder Säfte zur Verfügung, große Kinder können Tabletten einnehmen. Sinnvoll sind die Wirkstoffe Paracetamol oder Ibuprofen. Manche Kinder sprechen auf das eine, manche auf das andere Medikament besser an.

Ergänzend können bei hohem Fieber Bauch- oder Wadenwickel eingesetzt werden – allerdings nur dann, wenn die Extremitäten warm (und gut durchblutet) sind. Verwendet werden körperwarme (nicht kalte!) feuchte Wickel, um die Verdunstung zur besseren „Temperaturabstrahlung“ auszunutzen.

Je nachdem, ob Ihr Kind friert oder stark schwitzt, wird es entweder warm eingepackt oder nur mit einer leichten Decke zugedeckt.