



WAS TUN BEI FIEBER?

Stressfreier Umgang mit einem fiebernden Kind

LIEBE ELTERN, LIEBE GROSSELTERN, LIEBE MENSCHEN, DIE SICH UM EIN KRANKES KIND KÜMMERN,

Fieber gehört zu den häufigsten Gründen, warum sich Eltern und Großeltern Sorgen um ein Kind machen – besonders dann, wenn es noch sehr klein ist.

Diese Broschüre möchte Ihnen Sicherheit im Umgang mit fiebernden Kindern geben, verständlich informieren und praktische Orientierung bieten. Sie erfahren, was Fieber eigentlich ist, wann es hilfreich ist und in welchen Situationen besondere Aufmerksamkeit erforderlich ist.

Die Inhalte basieren auf der aktuellen AWMF-S3-Leitlinie „Fiebermanagement bei Kindern und Jugendlichen“ und fassen medizinisch fundiertes Wissen alltagstauglich zusammen.

So können Sie Ihr Kind ruhig, umsichtig und gut informiert begleiten.

Dr. Ulrich Pohlmann

Chefarzt der Kinderklinik am St. Marien-Hospital



Was ist Fieber eigentlich?

Fieber selbst ist keine Krankheit. Fieber ist eine normale und meistens hilfreiche Abwehr des Körpers im Umgang mit Krankheitserregern. Dabei regelt der Körper die Temperatur so, dass bei ansonsten gesunden Kindern Fieber un-schädlich bleibt. Es gibt keine Grundlage die besagt, dass Fieber zuvor gesunde Kinder schädigen kann. Fieber wird bei Kindern und Jugendlichen ab einer Körpertemperatur $>38,5\text{ }^{\circ}\text{C}$ definiert (für Säuglinge <3 Monate gilt $>38,0\text{ }^{\circ}\text{C}$)

Wie messe ich Fieber richtig?

- Bei Säuglingen:
Messung im Po mit einem Digitalthermometer, dessen Spitze gleitfähig gemacht wurde.
Die Messung an anderen Stellen ist ungenauer.
- Bei älteren Kindern und Jugendlichen:
Messung im Ohr mit dem Trommelfell- Thermometer

	Ort der Messung				
	Po	Ohr	Stirn	Mund	Achseln
Neugeborene	Ja	Nein	Nein	Nein	Nein
Säuglinge	Ja	Nein	Nein	Nein	Nein
Kinder	Ja	Ja	Ungenauer	Ungenauer	Nein
Jugendliche	Ja	Ja	Ungenauer	Ungenauer	Nein

Was sind Warnzeichen bei Fieber?

- Bewusstsein gestört: Ihr Kind ist benommen, orientierungslos, nicht ansprechbar
- Empfindlichkeit bei Berührungen, Starke Schmerzen, Schrilles Schreien
- Hauteinblutungen (Flecke sind nicht wegdrückbar, mit einem Glas, durch das man schaut)
- Ihr Kind wirkt schwer krank, Austrocknung: >12 Stunden keine Urinausscheidung
- Sehr schnelles Atmen, Luftnot, Fieber > 3 Tage: Sie sind sehr besorgt oder unsicher



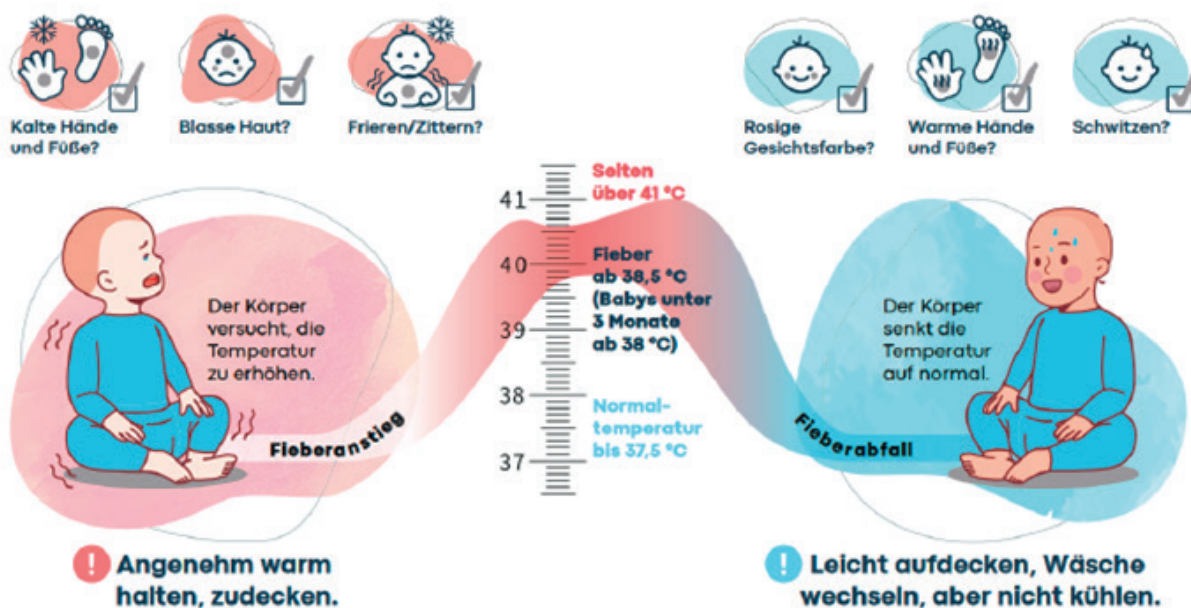
Wie kann ich mein Kind auch ohne Medikamente unterstützen?

Ihr Kind braucht vor allem liebevolle Zuwendung, Ruhe und Sicherheit. Achten Sie darauf, dass Ihr Kind ausreichend trinkt. Ermöglichen Sie Ihrem Kind ungestörten Schlaf.

Versorgen Sie Ihr Kind je nach seinem Befinden: Im Fieberanstieg sollten Kinder die frieren (kühle Hände und Füße, Schüttelfrost) zugedeckt werden, bis eine angenehme Temperatur erreicht ist. Ist Ihr Kind sehr warm an Kopf, Gesicht und Händen genügt eine leichte Decke. Kühlende Umschläge oder kalte Luft ist dann ratsam, wenn Ihr Kind es als angenehm empfindet.



In welcher Fieberphase ist mein Kind?



Braucht mein Kind Medikamente, wenn es Fieber hat?

- Normalerweise gibt es keine Notwendigkeit eine hohe Temperatur zu senken.
- Geben Sie fiebersenkende Medikamente nur, wenn Ihr Kind Schmerzen hat und zur Verbesserung seines Befindens. Geben Sie diese nur so lange, bis sich Ihr Kind besser fühlt.
- Es ist sehr wichtig, dass Sie die empfohlenen Mengen für Ibuprofen und Paracetamol einhalten. Beachten Sie den Beipackzettel und die Angaben Ihrer Ärztin oder Ihres Arztes
- Fiebersenkende Medikamente verhindern Fieberkrämpfe nicht und sollen nicht speziell dafür eingesetzt werden
- Die vorsorgliche Gabe von fiebersenkenden Medikamenten bei Impfungen ist nicht nötig.
- Fieber ist kein Grund für ein Antibiotikum. Antibiotika wirken nicht gegen Viren und sind daher bei typischen Kinder-Infekten nicht nötig.
- Antibiotika können ihrem Kind und der Umwelt schaden, wenn sie nicht notwendig sind.

Beobachten Sie bei Ihrem Kind mit Fieber sein Wohlbefinden, Allgemeinzustand und achten Sie auf die Warnzeichen.

Wenn eines der oben genannten Warnzeichen auftritt, sollten Sie zu einer Ärztin oder einem Arzt gehen.

Empfehlung: Außerhalb der Öffnungszeiten Ihrer Hausarzt- oder Kinder- und Jugendarztpraxis erreichen Sie den ärztlichen Bereitschaftsdienst deutschlandweit unter **116 117**.

Helfen Antibiotika bei Fieber?

Fieber ist kein Grund für ein Antibiotikum. Antibiotika sind unverzichtbar für Fieber bei schweren bakteriellen Infektionen. Wenn sie nicht nötig sind, überwiegen die Nachteile, wie Nebenwirkungen und Antibiotikaresistenz. Die meisten Infektionen bei Kindern und Jugendlichen werden nicht durch Bakterien ausgelöst, sondern durch Viren. Virale Infektionen und einige bakterielle Infektionen bedürfen keiner Antibiotikatherapie.

Antibiotika wirken nicht gegen Viren und sind auch bei bakteriellen Infektionen oft nicht nötig. Antibiotika können ihrem Kind und der Umwelt schaden, wenn sie nicht notwendig sind.

Kann ich zwischen verschiedenen fiebersenkenden Medikamenten wechseln?

Fiebersenkende Medikamente sind auch Schmerzmittel - es geht normalerweise nicht um die Senkung des Fiebers. Ihre schmerzlindernde Wirkung ist nicht bei jedem Kind gleich gut. Grundsätzlich ist ein Wechsel möglich. Allerdings sollten Sie, wenn sich der Zustand Ihres Kindes trotz der Gabe von Medikamenten verschlechtert oder es weiter Schmerzen hat, mit einer Ärztin oder einem Arzt in Kontakt treten.

Wenn Ihr Kind weiterhin leidet, können Sie mit Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt über die Möglichkeit eines Wechsels des Medikaments sprechen.

Helfen fiebersenkende Medikamente bei Impfungen?

Fieber nach einer Impfung ist eine normale Reaktion des Immunsystems auf den Impfstoff. Es zeigt, dass der Körper die Impfung verarbeitet. Fiebersenkende Medikamente müssen nicht eingesetzt werden. Der Körper bildet nach der Impfung Antikörper, die verhindern sollen, dass man dem Erreger schwer erkrankt. Fiebersenkende Medikamente sollen in der Regel nur bei Schmerzen oder Unwohlsein nach einer Impfung gegeben werden.

Die vorsorgliche Gabe von fiebersenkenden Medikamenten bei Impfungen ist nicht nötig.*

*Für die Meningokokken-B Impfung verweisen wir auf die aktuellen STIKO-Empfehlung zur prophylaktischen Paracetamolgabe und auf die ärztliche Beratung.

Helfen fiebersenkende Medikamente bei Fieberkrämpfen?

Fieberkrämpfe hören meist nach wenigen Minuten von selbst auf und hinterlassen normalerweise keine Schäden. Verhindern lassen sich solche Fieberkrämpfe bisher nicht. Fiebersenkende Medikamente wirken dabei nicht. Jeder erste Fieberkrampf erfordert eine ärztlich oder notärztliche Vorstellung.

Fiebersenkende Medikamente verhindern Fieberkrämpfe nicht und sollen nicht speziell dafür eingesetzt werden.

Wie viel Erholungszeit braucht mein Kind?

Sorgen Sie für eine ausreichend lange Zeit für die Erholung Ihres Kindes. Kinder und Jugendliche sollten mindestens einen Tag fit und fieberfrei sein, bevor sie wieder in den Kindergarten oder die Schule gehen.

publiziert bei:

 **AWMF online**
Das Portal der wissenschaftlichen Medizin

Gefördert durch:

 **Gemeinsamer
Bundesausschuss
Innovationsausschuss**