



Dr. med. univ.
KARL WAGNER

Facharzt für Kinder- und Jugendheilkunde
Bahnhofstraße 6/3 | 2640 Gloggnitz

Tel.: 0680 / 220 73 16 | www.kinderarzt-wagner.at | info@kinderarzt-wagner.at

Was tun bei Fieber...

Was ist Fieber?

Normalerweise liegt die Körpertemperatur bei Kindern wie auch bei Erwachsenen im Bereich zwischen 36.0 – 37.5°C. Sie kann im Tagesverlauf um bis zu 1° schwanken, dies ist normal. Bis 38.5°C spricht man von erhöhter Temperatur. Den Bereich von 38.5°- 39.5°C bezeichnet man als leichtes Fieber, über 39.5° als hohes Fieber und über 40.5° als sehr hohes Fieber.

Fieber beginnt häufig mit Frieren und Frösteln („Schüttelfrost“). Es folgt oft eine Phase der Kreislaufkonzentration (kalte Füße/ Finger, heiße Stirn) und schließlich das Schwitzstadium. Dieser Verlauf ist typisch und findet bei jedem fieberhaften Infekt in mehr oder weniger starker Ausprägung statt. Die genannten Zeichen alleine sind kein Grund zur Beunruhigung.

Ist Fieber nützlich oder gefährlich?

Die Vorgänge, die sich im Rahmen des Fieberanstiegs im kindlichen Organismus ereignen, sind von der Natur so geplant und gewollt und haben dem Menschen jahrtausendlang bei der Abwehr von Krankheitserregern gute Dienste geleistet. Schließlich hätten wir ohne die Abwehrmechanismen des Körpers, zu denen auch das Fieber gehört, nicht die zahlreichen Infektionen – harmlose wie bedrohliche – so gut bewältigen können.

Beim Kind ist der Aufbau eines funktionierenden Immunsystems ein Reifungsprozess, wie so vieles in der kindlichen Entwicklung. Genau wie Sprechen, Greifen oder Gehen vom Kind erst „erlernt“ und durch Wiederholen eingeübt werden müssen, so muss auch das Immunsystem durch häufige Kontakte mit Umweltkeimen stimuliert werden, um gut und gesund zu reifen.

Krankheitserreger verursachen eine Entzündungsreaktion im Körper, dadurch wird eine Vielzahl an Abwehrmechanismen ausgelöst und darüber hinaus die Selbstheilungskräfte des Körpers aktiviert. Die erhöhte Temperatur ist also ein Zeichen dafür, dass die Abwehr des Körpers arbeitet. Kinder fiebern häufig auch bei banalen Infekten und entwickeln dabei oft hohe Temperaturen. Durchschnittlich sind im Vorschulalter pro Jahr etwa 8-10 fieberhafte Infekte zu erwarten. Das ist völlig normal und allein für sich noch kein Grund zur Beunruhigung. Hohes Fieber ist nicht automatisch gleichbedeutend mit einer schweren Erkrankung.

Den Heilungsprozess des fiebernden Kindes fördern Sie am besten durch liebevolle Pflege, körperliche Schonung, ausreichend Flüssigkeitsgabe, sowie fiebersenkende Hausmittel. Als letztes, um die Beschwerden zu lindern und den erholsamen Schlaf des Kindes zu fördern, kann man auch ein fiebersenkendes Zäpfchen oder Saft verabreichen.

Ist die Erkrankung schwer oder unklar, das Kind durch die Krankheit geschwächt, oder „gefällt Ihnen nicht“, informieren Sie bitte unverzüglich Ihren Kinderarzt.

Muss ich das Fieber immer gleich senken?

Nein. Im Bereich bis 38.5°C ist die Temperaturerhöhung vom Körper beabsichtigt und für die Abwehr auch nützlich. Wenn die Temperatur jedoch bei 39°C oder höher liegt, geht es den Kindern nicht gut, sie haben Kopfschmerzen, und deswegen und auch damit das Fieber nicht noch höher steigt, sollten Sie spätestens ab 39°C das Fieber senken.



Wann muss ich mir Sorgen machen?

Ihr Kind sollte dem Kinderarzt vorgestellt werden, wenn eines oder mehrere der unten genannten Symptome zutreffen:

- Benommenheit
- Trinkverweigerung
- Kein Harn für mehr als 12 Stunden
- unklare Hautausschläge, die nicht wegdrückbar sind
- anhaltende Kopfschmerzen oder Nackensteifigkeit
- alle Fieberzustände die länger als 3 Tage andauern
- Fieber über 38,5° in den ersten 12 Lebensmonaten

Können Babys auch fiebern?

In den ersten Lebensmonaten kann das Baby häufig noch keine gleichbleibende Körpertemperatur halten. Ist es zu kalt angezogen, sinkt die Körpertemperatur, ist es zu warm angezogen, steigt sie. Dagegen fiebern Babys in den ersten Monaten sehr selten. Fiebernde Babys müssen stets unverzüglich dem Kinderarzt gezeigt werden.

Kleinkinder vertragen selbst hohe Temperaturen von 40-41°C meist erstaunlich gut. Jedoch ist es wichtig das Befinden des Kindes gut zu beobachten, um obenstehende Gefahrensituationen nicht zu übersehen.

Ein fieberndes Kind hat einen deutlich erhöhten Flüssigkeitsbedarf. Achten Sie deshalb auf die regelmäßige Urinausscheidung (alle 4-5 Stunden) und vergessen Sie nicht, ihm immer wieder Getränke anzubieten. Am besten sind leicht gesüßte Tees, oder stilles Wasser. Bei Trinkschwäche und ausbleibendem Urin unverzüglich einen Kinderarzt aufsuchen.

Suppen oder frisches Obst werden meist am besten angenommen. Kinder essen im Fieberzustand weniger. Dies kann man als Eltern ruhig so hinnehmen. Keinesfalls müssen Kinder zum Essen „gezwungen“ werden, jedoch ist es gut, ihnen ohne Druck gelegentlich verschiedene Nahrungsmittel anzubieten.

Was ist ein Fieberkrampf?

Im Alter zwischen 6 Monaten und dem 5. Geburtstag kommt es bei etwa 2 - 5 % der Kinder im Rahmen von hochfieberhaften Infekten zu Fieberkrämpfen. Oft ist die Ursache ein rascher Temperaturanstieg (oder auch -abfall). Dabei kommt es bei Kleinkindern zu einer meist harmlosen Kurzschlussreaktion des Gehirns, verursacht durch die sog. erniedrigte Krampfschwelle. Die Neigung zu Fieberkrämpfen ist häufig von den Eltern geerbt (10 - 30%). Die Kinder verlieren kurzzeitig das Bewusstsein, bekommen einen starren Blick, wirken abwesend, oder verdrehen die Augen. Es kommt zu rhythmischen zuckenden Bewegungen von Armen, Beinen und/oder Gesichtsmuskeln. Anschließend fallen die Kinder oft in einen Erschöpfungsschlaf. Häufig kann auch begleitendes Einnässen oder Einkoten auftreten.

Besorgniserregend sind:

- Krampfanfälle unter 6 Monaten und über 5 Jahren
- Krämpfe ohne begleitenden fieberhaften Infekt
- Krampfgeschehen die auf eine Halbseite beschränkt sind
- Lähmungen
- Krämpfe, die über 5 Min. anhalten oder auf Fiebermedikamente nicht reagieren.



Erstmaßnahmen

Seitenlagerung im Bett, damit die Atmung unbehindert bleibt

NICHT in den Mund greifen

Das Kind nicht alleine lassen

Tel. Notarzt: 144

Immer bei erstem Krampf, bei länger anhaltendem Krampfgeschehen etc.

Fiebermedikamente

Paracetamol-Zäpfchen (Mexalen[®], Benuron[®])

Dosis: bis 6 Monate: 75mg

6-18 Mo.: 125mg

1,5-6 Jahre: 250mg

über 6 Jahre: 500mg

Ibuprofen-Zäpfchen (Nureflex[®], Ibumetin[®])

3 Mo bis 2 Jahre: 60mg

über 2 Jahre: 125mg

Ibuprofen-Saft (Nureflex[®])

Nureflex 20mg/ml = für Säuglinge und Kleinkinder

Einzeldosis = „halbes Gewicht in kg als ml geben“ (zB Kind mit 6 kg → 3ml Saft)

Nureflex „junior“ 40mg/ml = für Kinder ab 7 kg

Einzeldosis = „viertel Gewicht in kg als ml geben“ (zB Kind mit 10 kg → 2.5ml Saft)

Bewährte Hausmittel bei Fieber im Kindesalter

Waschungen und Abkühlungsbäder

Anwendung nur im warmen Zimmer. Eine Schüssel kaltes Wasser mit einem Schuss Zitronensaft oder Kamillentee vorbereiten. Darin ein grobes Frotteehandtuch eintauchen, kurz ausdrücken. Hände und Arme, Füße und Beine, Brust, Bauch und Rücken abreiben. Abreibung von außen zur Körpermitte hin. Anwendung rasch - Kind soll nicht frieren und nicht sehr nass werden. Anschließend ohne Abtrocknung Schlafanzug anziehen und gut zudecken.

Wadenwickel

Nur bei heißen Waden - nicht bei fröstelnden Kindern oder kalten Füßen anwenden.

2 Leinentücher (Stoffwindeln, dünne Handtücher) in Schüssel mit ca. 18°C (zimmerwarmen) Wasser mit einem Schuss Essig tauchen, auswringen und glattgestrichen um jeweils einen Unterschenkel wickeln. Tuchbreite vom Fußknöchel bis zum Knie. Darüber ein trockenes Frotteehandtuch schlagen, das auf beiden Seiten das feuchte Tuch überlappen soll. Darüber ein schmaleres Wolltuch fest wickeln, oder große Erwachsenensocken über Wickel ziehen.

Wichtig: Die Wickel müssen straff sitzen!

Nach ½ Stunde abnehmen und Unterschenkel gut abfrottieren. Stündliche Wiederholung möglich.

Lindenblütentee (schweißtreibend) mit Holunder-Sirup:

1 EL Lindenblüten mit 1 Tasse kochendem Wasser überbrühen, 10 Minuten zugedeckt ziehen lassen, abseihen. Etwas Honig und Zitrone oder Holunder-Sirup (Reformhaus) zugeben.

3 - 4 Tassen täglich, frisch zubereitet, wiederholen.