

ELTERNINFORMATION ZU FIEBER



© barneyboogles / Fotolia; nachgestellte Situation

Von Fieber spricht man, wenn die Körpertemperatur auf über 38,5°C ansteigt.

Bei fieberhaften Temperaturen wird die Vermehrung der Bakterien und Viren verlangsamt und das Abwehrsystem unseres Körpers arbeitet schneller.

Die hohen Temperaturen sind also wichtig zur Bekämpfung der Erreger, die zu der Erkrankung geführt haben.

DER ABLAUF DES FIEBERS LÄSST SICH WIE FOLGT BESCHREIBEN:

1. Setzt der Körper sich mit Krankheitserregern auseinander, sendet das Gehirn ein Signal aus, dass die Temperatur erhöht werden soll.

2. Dann beschäftigt sich der ganze Körper damit, Wärme zu produzieren. Die Muskulatur zittert, um die Glieder zu erwärmen. Dies nennen wir „Schüttelfrost“. Wenn das Fieber ansteigt, friert das Kind häufig. **Beim Fieberanstieg kann man dem Körper helfen, indem man das Kind wärmt und zudeckt, solange bis Hände und Füße richtig warm sind.**

3. Während das Kind fiebert, ist es oft müde und schlapp, da der Körper mit der Bekämpfung der Erkrankung beschäftigt ist. Erforderlich sind daher **liebvolle Zuwendung, Ruhe und eine angenehme Umgebung**. Ein fieberndes Kind ist innerlich aktiv und sollte nicht zusätzlich äußerlich aktiv sein.

4. Hat das Fieber seine Arbeit getan und ist das Kind von Kopf bis Fuß durchwärmt, senkt der Körper die Temperatur nach einer Weile wieder. **In dieser Zeit schwitzt der Körper und man kann das Kind unterstützen, indem man es leicht aufdeckt.** Der kleine Patient sollte sich aber immer warm anfühlen und nicht frieren.

Gerade im Kleinkindalter fiebern Kinder sehr hoch und jedes Kind reagiert unterschiedlich darauf. Während die einen sehr schlapp und müde sind und nur schlafen möchten, merkt man anderen nichts an und sie spielen munter weiter.

Eine hohe Körpertemperatur alleine ist nicht gefährlich. Sie erreicht bei Kindern oft Werte zwischen 40° – 41°C und manchmal höher. Fieber selbst ist keine Krankheit, sondern ein Signal, dass sich der Körper gegen eine Erkrankung wehrt. Deshalb muss Fieber nicht unterdrückt oder gesenkt werden.

Fieber ist eine normale Reaktion des Körpers auf eine Erkrankung. Es ist eine Hilfe für das Kind besser mit einer akuten Erkrankung umzugehen und stärkt das Immunsystem. Fieber muss nicht mit Antipyretika wie Ibuprofen und Paracetamol gesenkt werden, außer ihr Kind empfindet starkes Unwohlsein oder Schmerzen, die mit anderen Mitteln (Ruhe, liebevolle Zuwendung, Wärme, etc.) nicht gebessert werden können.

WANN SOLLTE EIN ARZT AUFGESUCHT WERDEN?

Fieber kann in seltenen Fällen ein Zeichen einer zugrundeliegenden ernsthafteren Erkrankung sein.

- Alle Kinder, die jünger als 3 Monate sind, sollten bei dem Auftreten von Fieber noch am selben Tag einem Arzt vorgestellt werden.
- Wenn das Kind nicht wie gewöhnlich reagiert, apathisch ist oder sehr verändert wirkt, wenn es sich nicht trösten lässt, nicht aufhört zu weinen.
- Wenn das Kind sehr krank oder schlaff wirkt, einen steifen Hals hat (Schmerzen im Nacken bei Bewegungen des Kopfes, Schwierigkeiten, das Kinn auf die Brust zu senken) oder für mehr als 6 Stunden tagsüber nichts trinkt (Essen ist anfangs nicht wichtig).
- Wenn gemeinsam mit Fieber Hautausschläge auftreten.
- Wenn das Fieber länger als 3 Tage andauert.

WELCHE HAUSMITTEL UND MEDIKAMENTE HELFEN?

Einfache Hausmittel können eingesetzt werden, um das Befinden bei Fieber ohne medikamentöse Fiebersenkung zu bessern:

- Warme, dünne Wadenwickel (nicht kalt, um eine Gegenreaktion zu vermeiden)
- Lauwarme Stirnlappen
- Zitronenscheiben an den Fußsohlen
- Tees (z. B. Lindenblütentees oder Sorten, die das Kind gerne mag) auch leicht gesüßt, leichte Kost.
- Für Wickel und weitere Infos:
 - Kurzlink zur BZGA-Seite Kindergesundheit: goo.gl/Rvj4xG
 - www.WarmUpToFever.org

Medikamente wie Ibuprofen (Nurofen, Ibuflam) und Paracetamol sind fiebersenkend, antientzündlich und schmerzlindernd. Daher können sie begrenzt verabreicht werden, um Schmerzen und Unwohlsein zu lindern. Überdosierungen sind gefährlich. An dieser Stelle sollte beachtet werden, dass der normale Fieberverlauf unterbrochen wird, wenn ein fiebersenkendes Mittel verabreicht wird. Bei Nachlassen der Wirkung des Medikaments (nach ca. 6 – 8 Stunden) steigt das Fieber häufig wieder an. Studien haben gezeigt, dass **Fieberkrämpfe nicht durch fiebersenkende Medikamente verhindert werden können** (2). Sie treten bei 3 – 5% aller Kinder auf: Einfache Fieberkrämpfe verursachen glücklicherweise keine Folgeschäden.

WANN KANN DAS KIND WIEDER IN SCHULE/KINDERGARTEN?

Das Kind sollte so lange zu Hause bleiben, bis Sie als Eltern denken „heute hättest Du in den Kindergarten gehen können“. Dann kann das Kind am nächsten Tag wieder dorthin gehen.

Wir hoffen, Ihnen mit dieser Information geholfen zu haben.

Prof. Dr. med. D. Martin, M.A. Psych J. Wachtmeister, Cand. med. C. Himbert
www.WarmUpToFever.org / E-Mail: david.martin@med.uni-tuebingen.de

Literatur:

1. El-Radhi ASM. Fever management: Evidence vs current practice. World J Clin Pediatr. 8. Dezember 2012;1(4):29–33.
2. Gunduz S et al. Why Fever Phobia Is Still Common? Iran Red Crescent Med J. 2016;18(8)
3. Mein Kind hat Fieber. Online Broschüre PDF. Deutsche Gesellschaft für Kinder und Jugendmedizin. Internet. Zitiert 29.08.2017.
4. Fever in under 5s: assessment and initial management | Guidance and guidelines | NICE [Internet]. 2013. Verfügbar unter: <https://www.nice.org.uk/guidance/cg160?unlid=474507149201611842221>
5. Chiappini E, Venturini E, Remaschi G, Principi N, Longhi R, Tovo P-A, u. a. 2016 Update of the Italian Pediatric Society Guidelines for Management of Fever in Children. J Pediatr. Januar 2017; 180:177–183.e1.
6. Rosenbloom et al. Do antipyretics prevent the recurrence of febrile seizures in children? A systematic review of randomized controlled trials and meta-analysis. Eur J Paediatr Neurol EJPN Off J Eur Paediatr Neurol Soc. 21. Mai 2013;
7. Pursesell E, White AE. Does the Use of Antipyretics in Children Who Have Acute Infections Prolong Febrile Illness? A Systematic Review and Meta-Analysis. J Pediatr. 7. Mai 2013;
8. Pursesell E. Systematic review of studies comparing combined treatment with paracetamol and ibuprofen, with either drug alone. Arch Dis Child. 2011;