



## Fieber

### Normwerte

Bei gesunden Kindern liegt die normale Körpertemperatur zwischen 36,5° und 37,5°C. Diese kann in Abhängigkeit von der Tageszeit um 0,5°C schwanken. Zwischen 37,6° und 38,5°C spricht man von erhöhter Temperatur.

### Fieber

Bei einem Anstieg der Körperkerntemperatur über 38,5°C spricht man von Fieber. Fieber ist keine Krankheit, sondern eine Schutzreaktion des Körpers gegenüber viralen oder bakteriellen Infektionen.

Auch bei sonst gesunden Kindern kann das Fieber schnell und häufig auf Werte zwischen 40°-41°C ansteigen. Diese Werte sind in der Regel ungefährlich. Temperaturen über 41°C kommen selten vor, werden aber auch folgenlos überstanden. Hier ist allerdings die Ursache kritischer zu hinterfragen.

Grundsätzlich gilt zu beachten, dass Fieber am genauesten im Po oder in der Backentasche gemessen werden kann. Von Ohrthermometern ist eher abzuraten. Sie messen zu ungenau.

### Arztbesuch bei Fieber

Hohes Fieber kann aber auch Zeichen einer gefährlichen Infektion sein. Bei Kindern die jünger als drei Monate sind, sollten Sie bereits ab einer Körpertemperatur von 38°C den Kinderarzt aufsuchen.

Bei unter zweijährigen Kinder sollte der Arzt bei länger als einen Tag anhaltendem Fieber über 39°C aufgesucht werden.

Ältere Kinder sollten den Kinderarzt aufsuchen, wenn

- das Fieber schubweise über drei Tage auftritt,
- das Fieber trotz Medikamenten und Wadenwickel nicht sinkt,
- das Kind trotz fiebersenkender Maßnahmen weiter deutlich im Allgemeinzustand reduziert ist
- weitere Krankheitszeichen wie Durchfall, Erbrechen, Bauchschmerzen, Hautausschlag hinzukommen
- ihr Kind einen Fieberkrampf hat.

## **Fiebersenkende Maßnahmen**

Wie Sie bei Fieber reagieren müssen, ist abhängig vom Alter, der Höhe des Fiebers und des Wohlbefindens Ihres Kindes.

Grundsätzlich muss nicht jedes Fieber gesenkt werden. Geringere Temperaturerhöhungen bei weiter gutem Allgemeinzustand des Kindes sind durchaus tolerabel. Fieberkrämpfe lassen sich durch frühzeitige Fiebersenkung nicht sicher vermeiden.

### a) Fiebersenkende Maßnahmen von außen

Sollten fiebersenkende Maßnahmen notwendig werden, gibt es die Möglichkeit fiebersenkende Maßnahmen von außen durchzuführen. Dafür ist es wichtig Ihr Kind gut zu beobachten. Gibt der Körper Ihres Kindes Wärme ab (häufig bei sinkendem oder stabilem Fieber), d.h. schwitzt Ihr Kind stark und fühlt es sich heiß an, dann können fiebersenkende Maßnahmen von außen (wie z.B. Wadenwickel) versucht werden.

Hierbei ist zu beachten, dass die Wadenwickel nur minimal kühler als die aktuelle Körpertemperatur sein sollten, ansonsten ist die Kreislaufbelastung zu hoch.

Fühlt sich Ihr Kind an den Extremitäten kalt an und friert (steigendes Fieber) wirken keine fiebersenkenden Maßnahmen von außen. Dann sollten Sie Ihr Kind im Bett wärmen.

### b) Medikamentöse Fiebersenkung

Erreicht man mit pflegerischer Zuwendung von außen keine ausreichende Linderung, kann man auf fiebersenkende Mittel wie Ibuprofen oder Paracetamol zurückgreifen. Vor allem Begleiterscheinungen wie Schmerzen, Schläpheit, Appetitlosigkeit und Trinkverweigerung lassen sich häufig durch die Gabe eines fiebersenkenden Mittels für einige Stunden lindern.

Grundsätzlich gilt zu beachten:

- zwischen zwei Ibuprofen Gaben sollten mind. 6-8 Stunden liegen
- zwischen zwei Paracetamol Gaben sollten mind. 6-8 Stunden liegen
- sollte es notwendig werden häufiger fiebersenkende Mittel zu geben, können die Medikamente im Wechsel gegeben werden, wobei der zeitl. Abstand zwischen zwei unterschiedlichen Medikamenten auch kürzer sein darf

Seien Sie sparsam mit der Fiebersenkung und machen Sie Ihre Entscheidung weniger von der Anzeige des Thermometers als vom Zustand ihres Kindes abhängig. Es gibt zunehmende wissenschaftliche Belege dafür, dass die hochkomplexe Fieberreaktion physiologisch sinnvoll ist und deren Unterdrückung die Abwehrfunktion beeinträchtigen und sich ungünstig auf den Krankheitsverlauf auswirken kann. Auch gibt es Belege, dass eine routinemäßige Fiebersenkung nach Impfungen zu einer geringeren Bildung schützender Impfantikörper führt.

Die Acetylsalicylsäure (Aspirin) sollte bei Kindern nicht verabreicht werden.