Was tun bei Fieber?

Kinder- und Hausärztliche Gemeinschaftspraxis

Zunächst: Ruhe bewahren!

Fieber ist eine völlig normale Reaktion des Immunsystems eines Menschen auf eine Infektion.

Ja, Eiweiße gehen kaputt bei erhöhten Temperaturen – aber nur im Reagenzglas. Der Körper bildet einen Schutz um Eiweiße, wenn die Temperatur ansteigt. Die Amsel hat eine reguläre Körpertemperatur von 43 Grad Celsius – und zwitschert weiter fröhlich. Studien zeigen eindeutig, dass schwere Infektionen mit einer Fieberreaktion des Körpers besser überlebt werden, als ohne.

Dies bedeutet nicht, dass wir Ihre Sorgen nicht ernst nehmen. Aber wir möchten allen Eltern die Angst vor Fieber nehmen.

Da das Thema so wichtig ist, ist 2025 eine sogenannte „Leitlinie für ambulantes Fiebermanagement bei Kindern und Jugendlichen“ von verschiedenen Fachgesellschaften entwickelt worden.

Quintessenz:

Die Entscheidung zur Fiebersenkung soll sich ausschließlich nach der Beeinträchtigung des Kindes richten – nicht nach der Höhe der Temperatur!

Warnzeichen sind Bewußtseinstrübungen, Berührungsempfindlichkeit, schrilles Schreien von Säuglingen, Hauteinblutungen, blasse, graue oder blaue Haut, stöhnende Atmung, Trinkverweigerung bzw. Austrocknung, Nackensteifigkeit.

Was können sie für ihr Kind tun: Ruhe, Warmhalten bei Frieren im Fieberanstieg, ungestörtes Schlafen ermöglichen, Trinken regelmäßig anbieten, leichte Kost bei Appetit und wenn das Kind es mag: ganz viel kuscheln.

Laden sie sich doch die **fever-App** herunter. Die hilft Ihnen, auch diese schwierige Zeit zu überstehen.

Als Schmerzmittel (und Fiebermittel) können sie Paracetamol oder Ibuprofen gleichwertig nutzen.

Ausgenommen sind hierbei alle Neugeborenen und Säuglinge in den ersten drei Lebensmonaten. Diese sollten bei Temperaturerhöhungen zeitnah einem Arzt/einer Ärztin vorgestellt werden.

Gute Besserung wünscht Ihr Praxisteam

der Kinder- und Hausarztpraxis Schortens