

Von Fieber spricht man bei einer Körpertemperatur ab 38,5°C (am genauesten im After gemessen), bei Neugeborenen auch schon ab 38,0°C. Fieber ist eine gesunde Reaktion des Körpers, um Krankheitserreger zu bekämpfen. Auch eine Temperatur von 41°C ist für den Organismus nicht schädlich. Fieber ist wichtig für die Entwicklung des kindlichen Wärmehaushalts und für die Reifung des Immunsystems. Es ist ein wichtiger Teil der Selbstheilungskräfte. Begleitend sind Puls und Atmung beschleunigt. Manchmal leidet das Kind unter Fieberträumen und während des Fieberanstiegs unter Schüttelfrost. Vereinzelt tritt ein Fieberkrampf auf, dabei verliert das Kind das Bewusstsein, seine Muskeln verkrampfen sich ähnlich wie bei einem epileptischen Anfall. Ein Fieberkrampf dauert meist nur einige Sekunden bis Minuten und ist ungefährlich

Was ist der Unterschied zwischen einem hilfreichen Fieber bei einem harmlosen Infekt und Fieber als Hinweis auf eine ernste Krankheit?

Ein Arzt sollte kontaktiert werden:

- wenn das fiebernde Kind jünger als 3 Monate ist
- schwer krank wirkt
- ungenügend reagiert
- ein grösseres Kind sich nicht einrollen kann (Nackensteife)
- bei einem ersten Fieberkrampf

Warnzeichen sind ebenso:

- ausbleibender Urin
- länger als 3 Tage andauerndes, konstantes, hohes Fieber.

Welche Hilfen sind sinnvoll?

Fieber ist anstrengend für den Organismus, Unterstützung entlastet ihn. Das Kind braucht in erster Linie Ruhe, Geborgenheit und die Anwesenheit einer liebevollen Vertrauensperson.

Prinzipiell geht es darum, das Kind in seinem Wohlbefinden zu unterstützen, damit es gut durch die anstrengende Fieberzeit kommt.

Nötig sind auch reichlich Flüssigkeit und dem Fieberzustand angepasste Kleidung. Feste Nahrung braucht nur nach Verlangen gegeben zu werden.

Kalte Körperstellen sollen gewärmt, heisse Körperstellen gekühlt werden, zum Beispiel mithilfe der kühlen Hand der Eltern oder mit einem körperwarmen, feuchten Tuch oder einem Wickel.

Medikamentöse Fiebersenkung mittels Paracetamol, Ibuprofen oder ähnlichem Medikament sollte möglichst vermieden und nur bei starkem Unwohlsein gegeben werden. Fiebersenker unterdrücken die positive Wirkung des Fiebers und der Organismus muss nach der medikamentösen Abkühlung die Körpertemperatur wieder aufbauen. Diese Anstrengung belastet das Kind zusätzlich.

Verschiedene pflanzliche und potenzierte Heilmittel können den Heilungsprozess unterstützen und das Befinden verbessern. Dazu beraten Sie in Komplementärmedizin erfahrene Ärzte und Therapeuten.

Vor der Wiedereingliederung in Krippe, Kindergarten oder Schule sollte das Kind zur Erholung mindestens 1 fieberfreien Tag zuhause verbringen.

Merke:

- Fieber ist an und für sich nicht gefährlich
- Fieberhafte Infekte spielen eine wichtige Rolle in der gesamten Entwicklung
- In seltenen Fällen kann eine fieberhafte Krankheit gefährlich werden. Ein Arzt sollte konsultiert werden bei Kindern unter 3 Monaten, schwer krank wirkendem Kind oder bei länger als 3 Tage anhaltendem Fieber
- Fiebersenkende Mittel verhindern Fieberkrämpfe nicht.
- Beim ersten Fieberkrampf und bei jeder unklaren Situation soll das Kind von einem Arzt gesehen werden
- Therapeutische Massnahmen der Komplementärmedizin können das Wohlbefinden verbessern und den Heilungsverlauf unterstützen

Ihre Kinderärzte der Schweizer Interessengruppe für integrative Pädiatrie (SIGIP).

Weitere Informationen über uns finden Sie auf www.sigip.org

August 2019



SIGIP

Swiss Interest Group
for Integrative Paediatrics

Merkblatt Fieber

Was ist Fieber? Wie geht man sinnvoll damit um?