



## Umgang mit Fieber

Fieber ist eine sinnvolle und natürliche Reaktion des Körpers um die Abwehrkräfte des Immunsystems zu verstärken. Fieber bis knapp über 41°C bei sonst gesunden Kindern schadet nicht. Auf die Frage, ab welcher Temperatur das Fieber gesenkt werden soll, lautet die Antwort: am besten gar nicht. Moderne Leitlinien empfehlen eine **sparsame medikamentöse Fiebersenkung in Abhängigkeit des allgemeinen Befindens** und nicht in Abhängigkeit der Höhe des Fiebers. Denn Fiebersenkung verringert die Wirkung des Immunsystems und der Heilungsverlauf wird verzögert. Fieber als Folge einer Infektionserkrankung ist vom Körper absichtlich so gewollt und steigt nicht grenzenlos hoch. Fieber bei Infektionen steigt oft schnell und bis zu Werten zwischen 40 und 41°C, dies ist für den Körper immer ungefährlich! Es gibt keine Untersuchung die eine mögliche Gefährdung durch zu hohes Fieber gezeigt hätte. Werte über 41°C finden sich nur sehr selten und werden in der Regel folgenlos überstanden. Es gerinnen keine Zelleiweiße! Erstens steigt das Fieber nicht unbegrenzt, zweitens schützt der Körper sich durch sogenannte „Hitzeschockproteine“. Diese Hitzeschockantwort ist evolutionär älter als die Fieberreaktion und kommt bei allen Lebewesen bis hin zu den Bakterien vor. Erst bei Temperaturen von über 42°C besteht Gefahr. Dies wird aber nie durch Fieber aufgrund einer Infektionserkrankung erreicht, sondern es liegen andere Ursachen wie z.B. ein Hitzeschlag vor. Diese sind immer unbedingt ärztlich zu behandeln.

Sollten Sie z.B. durch Wadenwickel (mit lauwarmen Wasser) das Fieber senken wollen, achten Sie darauf, dass dabei Hände, Füße und Beine warm sind. Verboten ist eine äußerliche Kühlung bei Fieberanstieg wenn das Kind friert und die Extremitäten kühl sind (Kreislauf zentralisiert). In dieser Phase gehört das Kind gewärmt. Erst im Fiebermaximum oder im späteren Fieberabfall, wenn der Körper „glüht“, äußerlich warm ist und schwitzt ist eine physikalische Kühlung sinnvoll. Wird ein fiebersenkendes Medikament gegeben, tritt der Übergang vom Frieren zum Schwitzen schneller auf. Hilfreicher zur Genesung ist jedoch eine an die Körpertemperatur angepasste Kleidung und Decke, der Körper muss die Hitze auch abgeben können. Falls Ihr Kind übermäßig (in der Nacht) schwitzt, können Sie es kurz körperwarm! abwaschen/duschen und anschließend frisch einkleiden.

Eine medikamentöse Fiebersenkung mit Paracetamol/Ibuprofen kann sinnvoll sein, um begleitende Symptome wie z.B. Schmerzen, Unruhe, Schlapheit oder Fieberphantasien zu lindern, vor allem in den Nachtstunden. Beachten Sie dabei, dass dies die Abwehrfunktion des Körpers vermindern kann. Auch gibt es Hinweise, dass das Risiko für die Entstehung von Asthma durch wiederholten Gebrauch von Paracetamol zu steigen scheint. Sollte Ihr Kind bereits an Asthma erkrankt sein, ist jedoch die Gabe von Paracetamol dem Ibuprofen vorzuziehen. In seltenen Fällen kann Ibuprofen bei bereits bestehendem Asthma einen Asthmaanfall auslösen.

### Wir fassen zusammen:

Fieber kann dem Körper keinen Schaden zufügen. Eher schadet die Krankheit, die das Fieber verursacht. Diese muss zeitgerecht und angepasst behandelt werden. Die Schwere der Erkrankung geht nicht automatisch mit der Höhe des Fiebers einher. Eine gefährliche Erkrankung wird durch Fiebersenkung nicht ungefährlicher.

Fieber kann je nach Umständen gesenkt werden, muss es aber meistens nicht. Fieber steigt nicht von alleine in einen Bereich, für den es für den Körper gefährlich werden könnte. Zu beachten ist, dass der Körper nicht zu warm eingepackt ist und genügend Flüssigkeit hat, um die Körpertemperatur auch wieder selbständig senken zu können.

**Vergessen Sie daher nie, Ihrem Kind bei Fieber ausreichend Trinken anzubieten!**

**Anlass zur medikamentösen Fiebersenkung sowie zur ärztlichen Vorstellung sollte immer in erster Linie Ihre Einschätzung des allgemeinen Befindens Ihres Kindes sein und erst in zweiter Linie die Höhe des Fiebers oder andere Maßstäbe.**

Wir wünschen Ihrem Kind eine rasche und vollständige Genesung. Für weitere Fragen oder bei erforderlicher ärztlicher Behandlung setzen Sie sich bitte mit uns in Verbindung.