



## Was ist Fieber?

Von Fieber spricht man, wenn die Körpertemperatur tagsüber auf Werte über 38,5° ansteigt. Bei fieberhaften Temperaturen wird die Vermehrung der Bakterien und Viren verlangsamt und das Abwehrsystem unseres Körpers arbeitet intensiver.

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

### Ablauf des Fiebers:

1. Setzt der Körper sich mit Krankheitserregern auseinander, sendet das Gehirn ein Signal aus, dass die Temperatur erhöht werden soll (ähnlich wie das Thermostat einer Heizung).
2. Dann beschäftigt sich der gesamte Körper damit, Wärme zu produzieren: Die Muskeln zittern, das Kind friert („Schüttelfrost“). Beim Fieberanstieg kann man dem Körper helfen, indem man das Kind wärmt und zudeckt, solange, bis Hände und Füße 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 liebevolle 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. Jetzt schwitzt der Körper und man kann das Kind unterstützen, indem man es leicht aufdeckt. Es soll sich jedoch warm anfühlen und nicht frieren.

Gerade im Kleinkindalter fieben Kinder sehr hoch und jedes Kind reagiert unterschiedlich darauf. Die einen sind schlapp und müde, die anderen spielen scheinbar unbeeinträchtigt weiter.

**Eine hohe Körpertemperatur alleine ist nicht gefährlich. Sie erreicht bei Kleinkindern oft Werte zwischen 40-41°. Fieber ist keine Krankheit, sondern ein Signal, dass sich der Körper gegen eine Erkrankung wehrt. Deshalb muss Fieber nicht unterdrückt oder gesenkt werden, außer das Kind empfindet ein starkes Unwohlsein oder Schmerzen, die mit anderen Mitteln (Ruhe, Zuwendung, Wärme etc.) nicht gebessert werden können.**

## Wann sollte ein Arzt aufgesucht werden?

- Wenn das Kind jünger als 3 Monate ist, sofort!
- Wenn das Kind apathisch ist, sich nicht trösten lässt, nicht aufhört zu weinen, völlig anders ist als sonst und ein Fiebermedikament keine Wirkung zeigt
- Wenn das Kind einen steifen Hals hat, Schwierigkeiten, das Kinn auf die Brust zu senken, nicht berührt werden möchte oder für mehr als 6 Stunden tagsüber nichts trinkt



- 
- ➔ Wenn gemeinsam mit dem Fieber Hautausschläge auftreten
  - ➔ Wenn das Fieber länger als 3 Tage andauert
- 

## **Welche Hausmittel helfen?**

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

- ➔ Warme, dünne Beinwickel (mit Wasser, 37°, nicht kalt, um eine Gegenreaktion zu vermeiden), bitte keine „Essigsöckchen“
  - ➔ Lauwarme Stirnlappen
  - ➔ Tees (z.B. Lindenblütentees oder Sorten, die das Kind gerne mag), auch leicht gesüßt, leichte Kost
  - ➔ Für Wickel und weitere Informationen: BZGA googl/Rvj4xG  
[www.WarmptoFever.org](http://www.WarmptoFever.org),  
pdf „Mein Kind hat Fieber“ Deutsche Gesellschaft für Kinder- und Jugendmedizin
- 

## **Welche Medikamente?**

Ibuprofen (Nurofen, Ibuflam) und Paracetamol sind fiebersenkend, antientzündlich und schmerzlindernd. Daher können sie begrenzt verabreicht werden, um Schmerzen und starkes Unwohlsein zu verhindern. Überdosierungen sind gefährlich. Lässt die Wirkung nach, steigt das Fieber häufig wieder an. Studien haben gezeigt, dass Fieberkrämpfe nicht durch fiebersenkende Medikamente verhindert werden können. Sie treten bei 3-5% aller Kinder auf und verursachen in der Regel glücklicherweise keine Folgeschäden.

---

## **Wann kann das Kind wieder in die Schule/den Kindergarten?**

Das Kind sollte so lange zuhause bleiben, bis Sie als Eltern denken: „Heute hättest Du aber wieder gehen können!“. Am nächsten Tag können Sie es schicken.

Wir hoffen, Ihnen mit diesen Informationen geholfen zu haben. Wenn Sie Fragen haben, sprechen Sie uns an.

Diese Informationen haben wir modifiziert übernommen von:  
Prof. Dr. med. D. Martin, M.A et al, Unikinderklinik Tübingen  
Daid.martin@med.uni-tuebingen.de