

HAUSMITTEL BEI FIEBER

Grundsätzlich gilt, dass Fieber ($\geq 38,5^{\circ}\text{C}$) im Kleinkindes- und Kindesalter sehr häufig auch bis über 40°C im Zusammenhang mit Infekten auftritt und die Abwehrprozesse im Körper beschleunigt. Damit hat Fieber auch eine positive Wirkung. Meist werden die Infekte durch Viren seltener durch Bakterien ausgelöst. Gegen die meisten Viren gibt es kein Medikament, so dass die körpereigenen Abwehrmechanismen die Infektion bekämpfen müssen. Die wichtigste Therapie bei Fieber ist körperliche Schonung und reichlich Trinken. Zusätzlich sind meist einfache Hausmittel für leichte Infekte ausreichend.

Bei einem der folgenden Symptome sollten Sie Ihr Kind/ Säugling umgehend bei einem Arzt vorstellen:

- der Säugling ist jünger als 3 Monate und Temperatur über 38°C
- das Fieber besteht seit mehr als 3 Tagen
- das Fieber ist sehr hoch und lässt sich nicht senken
- das Kind ist sehr matt, apathisch und spielt nicht mehr im fieberfreien Intervall
- das Kind trinkt nicht ausreichend
- es bestehen zusätzliche schwerwiegende Symptome wie Luftnot, deutlicher Hautausschlag bzw. Sie haben ein komisches Bauchgefühl

Außerhalb der Praxisprechzeiten wenden Sie sich bitte an den Notfalldienst.

WADENWICKEL

Wickel können helfen, die Körpertemperatur auf sanfte Weise zu senken. Sie sollten allerdings nur angewendet werden, wenn Ihr Kind warme Füße hat. Fühlen sich diese kalt an, befindet es sich noch im Fieberanstieg und Sie belasten den Kreislauf des Kindes mit Wickeln zu stark. Auch wenn ihr Kind fröstelt oder ihm die Wickel unangenehm sind, sollten Sie diese nicht anwenden. Wadenwickel sind für Kinder ab einem Alter von 4 Jahren geeignet.

Für die Wickel ein dünnes Baumwoll- oder Leinentuch mit zimmerwarmem (ca. 21°C , aber nie zu kalt) Wasser befeuchten, leicht auswringen und locker um die Waden Ihres Kindes wickeln. Darüber wickeln Sie ein trockenes Baumwolltuch oder Handtuch. Als oberste und letzte Schicht wird ein dünnes Wolltuch oder Handtuch gewickelt. Ihr Kind sollte sich damit dünn zugedeckt hinlegen. Den Wickel für 10 bis 15 Minuten belassen. Nach 5 bis 10 Minuten Pause kann man den Wickel frisch erneut anlegen. Tritt nach 2 bis 3 Wiederholungen keine Besserung ein, sollten Sie ein fiebersenkendes Medikament wie Paracetamol oder Ibuprofen (z.B. Ibuflam oder Nurofen) entsprechend der Dosierungsanweisungen geben.



BRUSTWICKEL

Für Säuglinge ab einem halben Jahr und Kleinkinder bis 3 Jahre bieten sich bei Fieber Brustwickel an, da Arme und Beine durch feuchte Wickel zu schnell auskühlen. Dafür ein zimmerwarmes feuchtes Leinentuch auf die Brust Ihres Säuglings legen, darüber ein trockenes Baumwoll- oder Handtuch, als dritte Lage ein dünnes Wolltuch. Anschließend Ihr Kind dünn zudecken. Als einfache Alternative können Sie anstelle des feuchten Leinentuchs ein im Kühlschrank gekühltes Kirschkern- oder Körnerkissen auf die Brust Ihres Kindes legen. Dies wird zum Teil noch besser toleriert.

Kinder unter einem halben Jahr können auch mit nacktem Oberkörper auf dem nackten Oberkörper von Mutter oder Vater kuscheln. So kann ein Temperatúrausgleich über die Haut der Eltern erzielt werden.

