

# Fieber bei Kindern: Ein Grund zur Sorge?

Wie Sie Eltern beraten können



© Getty Images/stockphoto

## DAS WICHTIGSTE IN KÜRZE

Wenn Kinder krank werden, ist häufig auch Fieber im Spiel. Für Eltern stellt sich dann die Frage: Zu Hause behandeln oder besser doch zum Arzt? Und was ist zu tun, wenn es zum gefürchteten Fieberkrampf kommt? Eine gute Beratung hilft, besorgten Eltern die Angst zu nehmen und sie auf Situationen aufmerksam zu machen, in denen ein Arzt hinzugezogen werden muss.

von Peter Voitl

Die normale Körpertemperatur eines Kindes liegt zwischen 36,1 und 37,8°C, schwankt aber je nach Tageszeit (der höchste Stand wird um etwa 18 Uhr, der niedrigste um 4 Uhr erreicht). Ist die Körpertemperatur erhöht, kann das neben Erkrankungen auch andere, banale Gründe haben, wie beispielsweise Toben, zu warme Kleidung oder ein heißes Bad.

Die Neigung zu Fieber ist bei Kindern sehr unterschiedlich, manche bekommen schon bei kleinen Erkältungen höhere

Temperaturen, andere fiebern selbst bei schwerer Grippe nur leicht. Da Fieber prinzipiell ein Signal ist, dass sich der Körper mit einer Erkrankung auseinandersetzt, sollte nicht sofort zu einem fiebersenkenden Mittel gegriffen werden, wenn das Kind erhöhte Temperatur hat. Bei sehr hohem Fieber, Schüttelfrost oder bereits durchgemachten Fieberkrämpfen ist ein fiebersenkendes Medikament allerdings notwendig.

Wichtig ist es, die Eltern darauf hinzuweisen, dass sie immer ein Mittel (Zäpf-

chen oder Saft) verwenden sollten, das den Wirkstoff Paracetamol oder Ibuprofen enthält. Auf keinen Fall sollte das Medikament Acetylsalicylsäure enthalten, da dieser Wirkstoff bei Kindern das zwar seltene, aber sehr gefährliche Reye-Syndrom auslösen kann (Zerstörung von Gewebezellen im Gehirn und in der Leber).

### Beim Temperaturmessen kommt es auf die Technik an

Bei Kindern bis zum sechsten Lebensjahr misst man die Temperatur zumeist rektal.

Das Thermometer sollte etwas eingefettet werden, damit es leichter gleitet. Die Messdauer beträgt etwa drei Minuten. Bei Säuglingen ist es sinnvoll, mit der einen Hand beide Füße festzuhalten und die Beine anzuheben. Mit der anderen Hand kann das Thermometer gehalten werden. Kleinkinder kann man mit dem Bauch über Ihren Oberschenkel legen. Bei größeren Kindern kann auch unter der Achsel gemessen werden. Allerdings sollte man beachten, dass die so gemessene Temperatur um etwa ein Grad niedriger ist als die Körper-Kerntemperatur.

Alternativ kann man Fieber auch im Mund messen; das Thermometer sollte dann unter die Zunge des Kindes gelegt werden. Der Mund ist verschlossen, die Messdauer beträgt etwa drei Minuten. Bei verstopfter Nase ist diese Methode nicht sinnvoll. Neuere Fiebermessgeräte können auch kurz an Ohr oder Schläfe angesetzt werden; bei Babys messen sie aber ungenau.

Ein Kind hat Fieber, wenn

- die Temperatur im Enddarm gemessen 38,0°C übersteigt,
- die Temperatur in der Achsel gemessen 37,5°C übersteigt.

Verursacht wird Fieber oft durch eine virale, manchmal auch durch eine bakterielle Infektion. Bei Virusinfektionen dauert es zwei bis drei Tage an, zuweilen auch etwas länger. Ob Zahnen zu Fieber führt, ist ein strittiger Punkt. Oft ist Fieber allein kein gutes Maß für die Schwere einer Krankheit; wie sich das Kind verhält und wie es reagiert, ist wichtiger. Fieber unter 41,7°C verursacht keine Schädigung; Fieberkrämpfe sind selten. Dauern sie nur kurz und hat das Kind ansonsten keine Krampfanfälle, sind sie harmlos.

### Ein fieberndes Kind zu Hause behandeln

Wird ein fieberndes Kind zu Hause behandelt, sollten die Eltern dafür sorgen, dass es nur leichte Kleidung trägt. Fröstelt oder zittert das Kind, sollte es warm zugedeckt werden. Kühle Getränke sollten oft, in kleinen Portionen gereicht werden.

Fiebersenkende Medikamente verschaffen dem Kind für eine Weile Er-

**Tab. 1: Wann sollten Eltern Kontakt zum Arzt aufnehmen?**

Sofort, wenn:
• das Kind jünger als drei Monate ist,
• das Fieber auf 41°C oder höher steigt,
• das Kind untröstlich schreit,
• es schwer zu wecken ist,
• es einen Fieberkrampf hat,
• sein Nacken steif oder die Fontanelle vorgewölbt ist,
• das Kind einen oder mehrere dunkelrote oder blaue, nicht wegdrückbare Flecken auf der Haut hat (Glasprobe),
• es schwer oder geräuschvoll atmet ohne Besserung nach Naseputzen,
• es nicht schlucken und trinken kann oder Speichel durch den Mund verliert,
• das Kind schlecht aussieht,
• die Eltern Fragen oder Ängste haben,
• innerhalb von 24 Stunden, wenn das Kind jünger als sechs Monate ist (außer kurz nach einer Impfung),
• das Fieber 40,0 bis 40,9 °C beträgt, besonders wenn das Kind jünger als zwei Jahre ist,
• Brennen oder Schmerzen auftreten beim Urinlassen oder der Urin „scharf“ riecht,
• das Kind länger als 24 Stunden Fieber hat, ohne dass man weiß, warum,
• Fieber, das über 24 Stunden verschwunden ist und wiederkehrt oder Fieber, das länger als 72 Stunden andauert, sollte Grund für einen Arztbesuch sein. Wenn das Kind früher schon einmal Fieberkrämpfe hatte, sollten frühzeitig fiebersenkende Medikamente gegeben werden.

leichterung. Fühlt es sich im Fieber gut, sind Medikamente aber nicht nötig: Man behandelt das Kind und nicht das Thermometer!

Eltern sollte erklärt werden, dass Fieber dem Kind helfen kann, die Infektion zu überstehen. Ein fiebersenkendes Medikament ist angezeigt, wenn die Temperatur über 39°C steigt, vor allem in der Nacht und wenn das Kind unter dem Fieber leidet. Wenn nötig sollte das Medikament alle vier bis sechs Stunden verabreicht werden. Maximal eine Stunde nach der Einnahme senkt es – häufig mit einem Schweißausbruch – das Fieber. Die Temperatur kann wieder ansteigen, wenn die Wirkung des Medikaments nach vier Stunden abklingt. Kann das Kind schlafen, sollten die Eltern es nicht wecken, um Fieber zu messen.

Wenn sich das Kind heiß anfühlt und warme Beine hat, können auch Methoden wie kalte Wadenwickel, Essigsocken oder ein kühlendes Bad angewendet wer-

den, jedoch nicht während eines Schüttelfrosts. Das Bad sollte nicht kalt, sondern lauwarm sein. Nach dem Baden sollte das Kind nicht sofort abgetrocknet werden.

In einigen Situationen reicht aber eine Eigenbehandlung nicht mehr aus. Tab. 1 gibt einen Überblick, wann die Eltern Kontakt zu einem Arzt aufnehmen sollten.

### Richtig reagieren bei einem Fieberkrampf

Fieberkrämpfe sind Anfälle im Säuglings- und Kleinkindesalter, die durch einen plötzlichen und schnellen Fieberanstieg ausgelöst werden; sie gehören zur Gruppe der „Gelegenheitskrämpfe“. Hat das Kind zum ersten Mal Fieberkrämpfe, sollte es in ein Krankenhaus eingewiesen werden. Im Prinzip können Fieberkrämpfe bei allen Kindern auftreten, aber tatsächlich trifft es nur wenige. Begünstigende Faktoren sind:

**Tab. 2: Was können Eltern tun, wenn ihr Kind Fieberkrämpfe bekommt?**

• Kleidung lockern.
• Zuckungen nicht unterdrücken.
• Nichts unternehmen, solange das Kind krampft.
• Bei Erbrechen muss das Kind vorsichtig auf die Seite gedreht werden, evtl. mit dem Kopf nach unten, damit das Erbrochene nicht in die Lungen gelangt.
• Früher wurde ein Krampfstöckchen in den Mund des Kindes gelegt. Dadurch sollte verhindert werden, dass sich das Kind in die Zunge beißt. Da dies jedoch zu Schäden an Zähnen (z. B. einem Bruch) führen kann, was schlimmer als ein Biss in die Zunge oder Lippe ist, wird diese Maßnahme heute nicht mehr angewandt.
• Wenn die Krämpfe vorbei sind, das Kind in die stabile Seitenlage bringen.
• Wenn das Kind zum ersten Mal Fieberkrämpfe hat, sollte es in ein Krankenhaus eingewiesen werden, um die Ursache abzuklären.

- Lebensalter (Häufigkeitsgipfel zwischen einem ½ Jahr und 5 Jahren),
- vorbestehende Erkrankungen des Gehirns und
- familiäre Häufung (bei 30 % wird von ähnlichen Ereignissen in der Familie berichtet).

Die angeborene Schwelle für Krämpfe liegt bei diesen Kindern niedriger. Schon bei verhältnismäßig leichten Belastungen werden Stellen im Gehirn gereizt, die dann die Krämpfe auslösen.

Das Risiko eines Rückfalls ist am größten, wenn das Kind bereits erblich vorbelastet ist, häufig Fieber hat und beim ersten Fieberkrampf eine Körpertemperatur unter 39°C hatte. In manchen Fällen bekommen Kinder Fieberkrämpfe nach der MMR-Impfung. Zehn Tage nach der Impfung können die abgeschwächten Masern-Viren Fieber auslösen. Die Impfung verursacht aber weitaus weniger Fälle von Fieberkrämpfen als die Erkrankung selbst.

### Wie ein Fieberkrampf abläuft

Fieberkrämpfe beginnen damit, dass das Kind das Bewusstsein verliert. Kurz danach werden der Körper, die Arme und die Beine ganz steif. Der Kopf wird nach hinten gebogen, das Kind verdreht die Augen, hält womöglich den Atem an, die Lippen werden blau und das Kind fällt in eine kurze Bewusstlosigkeit. Arme und Beine oder Gesichtsmuskeln des Kindes zucken rhythmisch. Die Haut wird bleich und manchmal sogar bläulich.

Meistens hält ein Fieberkrampf einige Minuten an. Anschließend erschlafft das Kind, die Hautfarbe normalisiert sich und es kommt langsam wieder zu Bewusstsein. Einige Kinder wachen schnell auf, während andere lange Zeit danach träge und dösig sind. Ein Arztbesuch nach einem Fieberkrampf wird unbedingt empfohlen. Dauert der Krampf länger oder tritt wiederholt auf, muss ein Notarzt gerufen werden. Auch wenn der Anfall selbst nur wenige Minuten dauert, haben die Anwesenden ein Gefühl, als würde eine Ewigkeit vergehen. Es ist daher wichtig, Eltern zu beraten, was sie während eines Fieberkrampfs tun können (Tab. 2).

### Komplizierter Fieberkrampf

Man unterscheidet einfache von komplizierten Fieberkrämpfen. Als kompliziert wird ein Fieberkrampf dann bezeichnet, wenn er:

- bei jungen Säuglingen oder Schulkindern auftritt,
- eine Seitenbetonung hat,
- länger als zehn Minuten dauert und
- zu Lähmungen oder Sprachstörungen führt.

Obwohl Fieberkrämpfe beunruhigend wirken, führen sie nur selten zu bleibenden Schäden. Nur wenn die Krämpfe sehr lange dauern, das Kind zahlreiche, kurze Anfälle nacheinander hatte oder schon Epilepsie in der Familie bekannt ist, können unter Umständen Störungen in der Funktion des Gehirns auftreten.

Ungefähr 35 % der Kinder bekommen Rückfälle, wenn sie wieder Fieber bekommen. Nach und nach nimmt das Risiko jedoch ab. Wenn das Kind dann drei bis vier Jahre alt ist, hat es die Fieberkrämpfe meist hinter sich.

Fieberkrämpfe ähneln zwar den Krämpfen, die bei Epilepsie auftreten, haben jedoch nur äußerst selten etwas mit dieser Krankheit zu tun. Nur 1 bis 3 % der Kinder, die Fieberkrämpfe haben, bekommen zu einem späteren Zeitpunkt eine Epilepsie. Je komplizierter und je länger die Krampfanfälle dauern, desto wahrscheinlicher ist es, dass das Fieberkrampfgeschehen in eine richtige Epilepsie übergehen kann.

### Rückfälle

Hat ein Kind zuvor bereits einen Fieberkrampf gehabt, wird den Eltern geraten, etwas Diazepam im Haus zu haben. Als Zäpfchen kann es dann beim nächsten Krampfanfall verabreicht werden. Die Wirkung tritt nach wenigen Minuten ein. Krampft das Kind nach fünf Minuten noch immer, kann evtl. noch ein Zäpfchen verabreicht werden. Die höchste mögliche Menge sollte der Arzt schon vorher mit den Eltern festlegen. Im Zweifelsfall muss ein Notarzt verständigt werden. Bei Fieber ist es wichtig, das Kind abzukühlen: Es sollte entkleidet werden und nur unter einem dünnen Betttuch schlafen. Das Fenster kann geöffnet sein, allerdings muss darauf geachtet werden, dass es nicht zu kalt und zugig wird.

Man kann versuchen, Krampfanfälle zu verhindern, indem man Kindern schon bei einer Temperatur von 38,5 °C Fieberzäpfchen oder –saft gibt. Eine prophylaktische Gabe von Diazepam ist abzulehnen, da die Häufigkeit der Anfälle nicht reduziert wird.

*Literatur beim Verfasser*

Prim. DDr. Peter Voitl, MBA  
 Facharzt für Kinder- und Jugend-  
 heilkunde,  
 Kindergesundheitszentrum  
 Donaustadt, Donaustadtstraße 1  
 1220 Wien  
 E-mail: office@kinderarzt.at



*Mögliche Interessenkonflikte: keine deklariert*