

## Mein Kind ist krank – Was nun?

Das Immunsystem von Kindern, insbesondere jungen Kindern ist noch untrainiert und muss sich mit jedem Infekt erst auseinandersetzen. Das muss auch so sein, sonst kann das Immunsystem keine Abwehrkräfte ausbilden. Kinder stecken sich untereinander beim Spiel „Kopf an Kopf“ an, oft geschieht das schon bevor die ersten Krankheitszeichen sichtbar werden. Die meisten Infektionen sind einige Tage vor Auftreten der Krankheitszeichen am ansteckendsten. Deshalb sind Kinder deutlich häufiger krank als Erwachsene. Kinder fiebern auch wesentlich schneller und höher als Erwachsene. Zum Glück ist nicht jeder Infekt bedrohlich und Kinder stecken gängige leichtere Infekte, aber auch Fieber wesentlich besser weg als wir Erwachsenen. Trotzdem braucht Ihr Kind Ruhe um gesund zu werden und soll auch andere in Kindergarten und Schule nicht vorsätzlich anstecken.

### Fieber was tun?

Die normale Körpertemperatur beträgt 36.5 – 37.5° Celsius. Darüber spricht man von erhöhter Temperatur, über 38.5° Celsius von Fieber. Fieber hat den Sinn insbesondere Viren zu bekämpfen. Solange es Ihrem Kind dabei noch relativ gut geht, es trinkt und zwischendurch auch noch spielt, kann man abwarten. Geht das Fieber über 39 oder 39.5° oder ist es sehr anstrengend für Ihr Kind, dann können Sie zunächst einmal ein Fieberzäpfchen oder Fiebersaft (Paracetamol oder Ibuprofen) geben. Geht das Fieber auf das fiebersenkende Mittel gut zurück und bleibt für einige Stunden unter 39° Celsius und Ihrem Kind geht es deutlich besser, es trinkt und spielt wieder, können Sie weiter abwarten. Gegebenenfalls können sie die Gabe des fiebersenkenden Mittels nach ca. 6-8 Stunden wiederholen. Ein bis zwei Tage Fieber sind im Rahmen solcher Virusinfekte „normal“.



©www.Cliparts.de

### Was sind Zeichen für eine ernsthafte Erkrankung?

- Das Fieber lässt sich mit fiebersenkenden Medikamenten nicht, nur sehr wenig oder nur für 1-2 Stunden unter 38,5-39° senken
- Ihr Kind ist auch unter fiebersenkenden Medikamenten sehr „abgeschlagen“ oder apathisch, trinkt nicht oder kaum
- Ihr Kind behält keine Flüssigkeit bei sich
- Ihr Kind klagt über Schmerzen oder ist sehr berührungsempfindlich
- Ihr Kind fiebert länger als 2-3 Tage
- Der Allgemeinzustand Ihres Kindes verschlechtert sich im Laufe der Erkrankung
- Ihr „Bauchgefühl“ als Eltern sagt Ihnen: hier ist etwas anders als bei einem üblichen fieberhaften Infekt

**Gehen Sie bitte umgehend zum Arzt oder mittwochs und freitags nach Praxisschluss sowie am Wochenende zum kinderärztlichen Notdienst bzw. in die Kinderklinik. Es muss unbedingt ärztlich abgeklärt werden, ob es sich um eine ernsthaftere Erkrankung handelt.**

### Wann gehört ein Kind ins Bett bzw. sollte zuhause bleiben?

- Wenn ihr Kind Fieber hat oder in der Nacht gefiebert hat
- Wenn ihr Kind „sich nicht fühlt“, abgeschlagen wirkt, erbricht oder Durchfall hat
- Wenn die Erzieherin, die Ihr Kind ja täglich sieht und es demzufolge gut kennt im Laufe des Tages eine Verschlechterung des Allgemeinzustandes bemerkt und Sie bittet ihr Kind abzuholen.



### Wann darf mein Kind wieder in den Kindergarten oder in die Schule?

Bei „einfachen“ Virusinfekten oder „Magen-Darm-Grippen“ gilt:

**Ihr Kind darf wieder in Kindergarten oder Schule gehen, wenn es 24 Stunden**

- ohne fiebersenkende Medikamente kein Fieber mehr hat und fit wirkt
- nicht mehr erbrochen oder keinen Durchfall mehr hat

Dafür brauchen Sie auch keine ärztliche Bescheinigung, das können Sie als Eltern viel besser beurteilen.



Bei anderen Erkrankungen, die eine speziellere Behandlung erfordert haben wie Lungenentzündung, Mandelentzündungen, Ausschläge etc. ... sprechen Sie das bitte mit Ihrem behandelnden Kinderarzt ab.