

Allgemeiner Ratgeber zu Krankheitssymptomen

Was können Sie selbst unternehmen, wenn Ihr Kind krank ist?

Husten

- Wenn der Husten einziges Symptom ist (kein Fieber, keine Schmerzen, kein starkes Krankheitsgefühl, keine Atemnot) dürfen Sie Zuwarten, ansonsten melden Sie sich in der Praxis
- Bleibt der Husten über längere Zeit bestehen (länger als ca. 3 Wochen), verstärkt er sich oder beeinträchtigt er stark den Schlaf des Kindes, melden Sie sich in der Praxis
- Luftbefeuchtung (Achtung bei Heissluftverdunstern), nasse Handtücher aufhängen und Einreibemittel wie z.B. Pulmex (> 6 Jahre) oder bei Säuglingen und Kleinkindern z.B. Liberol Baby
- Bei nächtlichen Hustenanfällen kann schluckweise kaltes Wasser helfen

Schnupfen

- Salzwasserspülungen oder -Sprays dürfen nach Belieben verabreicht werden, auch langfristig
- Abschwellende Nasenmittel (Triofan, Otrivin, Nasivin, etc.) in maximaler Tagesdosierung über maximal 10 Tage verabreichen
- Luftbefeuchtung empfohlen (Achtung bei Heissluftverdunstern), Einreibemittel wie z.B. Pulmex (> 6 Jahre) oder bei Säuglingen und Kleinkindern z.B. Liberol Baby und leichte Oberkörperhochlagerung
- Ev. Zwiebeln aufschneiden und neben dem Bett des Kindes platzieren

Fieber bei Säuglingen bis zum Alter von 3 Monaten

- Fieber (Temperatur rektal > 38.0 °C) muss grundsätzlich gesenkt werden, ausser es senkt sich nach ca. 30 Minuten von selbst, weil die hohe Körpertemperatur durch zu warme Kleidung, ein zu heisses Bad oder durch heisses Wetter verursacht worden sein könnte
- Tritt das Fieber direkt im Anschluss an eine Impfung (ca. innerhalb von 1-2 Tage) auf, sollte es mit Paracetamol senkbar sein
- Steht das sich spontan nicht senkende Fieber nicht im Zusammenhang mit einer erfolgten Impfung oder lässt es sich nach einer Impfung nicht senken, melden Sie sich sofort in der Praxis oder gehen Sie gleich in die nächste Kinderklinik

Fieber bei Säuglingen älter als 3 Monate und Kindern

- Fieber (Temperatur > 38.5 °C) muss nicht grundsätzlich gesenkt werden, wenn es dem Kind den Umständen entsprechend „gut“ geht, es noch etwas spielt und gut trinkt („behandeln Sie das Kind und nicht das Fieberthermometer“)
- Wenn das Kind wegen dem Fieber im Allgemeinzustand beeinträchtigt ist, darf das Fieber mit Paracetamol gesenkt werden, Dosis entsprechend dem Alter oder Gewicht
- Senken Sie das Fieber vor allem zur Nacht (weil die Kinder dann häufig ruhiger schlafen können) und natürlich wenn Ihr Kind unter dem Fieber leidet
- Wecken Sie Ihr Kind nicht, um Fieber zu messen, wenn es schlafen kann!
- Die Höhe des Fiebers (bis 41.7 °C rektal) ist nicht per se Anzeichen für eine leichte oder schwere Krankheit
- Wenn es dem Kind nach der Gabe des fiebersenkenden Medikamentes besser geht, brauchen Sie nicht unbedingt zu kontrollieren, ob das Fieber gesunken ist. Eine Senkung der Körpertemperatur von 0.5-1°C ist ausreichend, das Fieber muss nicht vollständig

verschwinden

- Maximal eine Stunde nach der Gabe senkt das Medikament meist - häufig mit einem Schweissausbruch - das Fieber nur vorübergehend und womöglich nicht vollständig
- Bedenken Sie, dass das Medikament die Krankheit nicht gleich heilt, sondern nur das Symptom Fieber vorübergehend mildert und meist etwas zum Wohlbefinden beiträgt. Das Fieber darf nach einer gewissen Zeit wieder kommen, wenn es dann mit Medikamenten wieder senkbar ist
- Insbesondere wenn das Fieber länger als 2-3 Tage andauert ist es wichtig zu wissen, warum das Kind Fieber hat (z.B. Erkältung, „Magen-Darm-Grippe“). Längeres Fieber ohne ersichtlichen Grund kann auch einziges Zeichen einer bakteriellen Infektion sein, die behandelt werden muss
- Rufen Sie immer in der Praxis an oder lassen Sie das Kind ärztlich untersuchen, wenn Sie unsicher sind, das Fieber nicht senken konnten, das Kind auch ohne Fieber noch sehr krank ist, dunkelrote oder blaue nicht wegdrückbare Flecken auf der Haut erscheinen, das Kind untröstlich schreit, es schwer oder geräuschvoll atmet ohne Besserung auf Entfernung des Nasensekretes, das Kind nicht schlucken und trinken kann, es sich nur sehr schwer wecken lässt, Schmerzen/Brennen beim Wasserlösen auftreten oder der Urin seltsam riecht
- Je jünger das Kind, desto eher müssen Sie das Kind zur Kontrolle in die Praxis bringen (insbesondere bevor das Kind 1 Jahr alt ist)
- Ein Grund zur Konsultation des Arztes ist Fieber, das nach einer erfolgten Besserung plötzlich wiederkehrt oder Fieber, das länger als 3-5 Tage andauert
- Rufen Sie immer an, wenn das Kind zusätzlich starke, nicht oder nur ungenügend auf Schmerzmittel ansprechende Kopf- oder Bauchschmerzen oder Erbrechen hat

Ohrenschmerz

- Mittelohrentzündungen sind häufig und sehr schmerzhaft, Kleinkinder können den Schmerzort oft noch nicht angeben, daher bei Verdacht immer Kontrolle in der Praxis vereinbaren
- Paracetamol dürfen Sie bei Ohrenschmerzen verabreichen in der dem Alter oder dem Gewicht entsprechenden Dosierung
- Bei Kindern älter als 6 Monate darf auch Ibuprofen (Algifor) grosszügig eingesetzt werden, da es zusätzlich entzündungshemmend und abschwellend wirkt

Erbrechen

- Erbrechen kann Symptom einer "harmlosen" Magen-Darm-Grippe sein (meist mit Fieber, Durchfall, Bauchschmerzen)
- Erbrechen kommt auch sehr häufig aus dem Husten vor
- Bei Magen-Darm-Grippe mit grossen Flüssigkeitsverlusten sind insbesondere Säuglinge und Kleinkinder gefährdet auszutrocknen, je jünger das Kind, desto rascher ist die Rücksprache mit der Praxis nötig
- Wichtig ist es, die Flüssigkeitsverluste zu ersetzen: d.h. sehr häufig kleine Portionen an (u.U. gezuckerter) Flüssigkeit zuführen. Säuglinge sollen weiter gestillt bzw. mit Pulver-Milch ernährt werden, wenn die Milch nicht gleich wieder erbrochen wird, ansonsten auch schluckweise u.U. gezuckerte Flüssigkeit versuchen. Grössere Kinder sollen zur Flüssigkeit leicht salziges Gebäck oder Boullion erhalten, wenn sie es vertragen
- Erbrechen kann auch bei Blinddarmentzündung, Mittelohrentzündung, Harnwegsinfekt, Lungenentzündung, Hirnhautentzündung u.a. vorkommen, daher nehmen Sie im Zweifel mit der Praxis Rücksprache
- Spätestens bei folgenden Austrocknungszeichen müssen Sie sich in der Praxis melden oder das Kind umgehend ärztlich kontrollieren lassen: Schlechter Allgemeinzustand, kein Urin mehr (regelmässig wenig Urin ist noch in Ordnung), keine Tränen beim Weinen, Trockenheit im Mund

Durchfall

- Aussergewöhnlich dünner und häufiger Stuhlgang kommt meist im Rahmen einer Magen-Darm-Grippe vor
- Bei Magen-Darm-Grippe mit grossen Flüssigkeitsverlusten sind insbesondere Säuglinge und Kleinkinder gefährdet auszutrocknen, je jünger, desto rascher ist die Rücksprache mit der Praxis nötig
- Wichtig ist, die Verluste zu ersetzen: d.h. sehr häufig kleine Portionen an u.U. gezuckerter Flüssigkeit zuführen. Säuglinge sollen weiter gestillt bzw. mit Pulver-Milch ernährt werden, wenn die Milch nicht gleich wieder erbrochen wird, ansonsten auch schluckweise u.U. gezuckerte Flüssigkeit versuchen. Grössere Kinder sollen zur Flüssigkeit leicht salziges Gebäck oder Boullion erhalten, wenn sie es vertragen
- Spätestens bei folgenden Austrocknungszeichen melden Sie sich in der Praxis oder lassen Sie es umgehend ärztlich kontrollieren: Schlechter Allgemeinzustand, kein Urin mehr (regelmässig wenig Urin ist noch in Ordnung), keine Tränen beim Weinen, Trockenheit im Mund

Die obengenannten Themen können in diesem Rahmen nicht ausführlich besprochen werden, melden Sie sich daher bei Fragen oder Unsicherheiten in der Praxis oder wenden Sie sich an das Beratungstelefon der Kinderklinik des KSW.

Bitte schauen Sie auch nach weiteren Information in der Rubrik „Ratgeber“ auf unserer Homepage.