

# WAS TUN BEI FIEBER?

Fieber ist eine Abwehrreaktion des Körpers. Es unterstützt die eigene Immunabwehr und ist keine eigenständige Krankheit, sondern eine Reaktion auf eine Vielzahl von Einflüssen: Infektionen, Tumoren, Entzündungen, Medikamente, Flüssigkeitsverlust, Stoffwechselstörungen, Operationen, Stress, Erkältungen, Hitzestau. Bei Säuglingen, Kleinkindern, betagten Menschen, Tumorpatienten, Patienten mit schweren Begleiterkrankungen und Menschen mit einer Immunschwäche sollte das Symptom Fieber aber immer ernst genommen werden und frühzeitig ein Arzt konsultiert werden.

## Allgemeine Massnahmen bei Fieber

- Bettruhe (bei eher kühler Zimmertemperatur und wenig Licht)
- Viel Trinken (Tee; keinen Alkohol!), Schwitzen schafft Kühlung.
- Ein lauwarmes Bad kann bei leicht erhöhter Temperatur fiebersenkend wirken. Heisse Bäder vermeiden, sie belasten den Kreislauf.
- Waden- oder Brustwickel (feuchtes, handwarmes Leinentuch, darüber ein trockenes Baumwolltuch sowie eine Plastikfolie als Nässeschutz; zudecken); "Essigwickel" wirken auch bei Erwachsenen.
- Aspirin und Paracetamol senken das Fieber.

Häufig ist Fieber von Appetitlosigkeit, allgemeinem Unwohlsein, Gliederschmerzen, Kopfschmerzen, Müdigkeit und allgemeiner Schwäche begleitet. In folgenden Fällen sollte jedoch ein Arzt konsultiert werden:

- Schwere Begleitsymptome (u.a. starkes Erbrechen, schwerer Durchfall, Benommenheit, Verwirrtheit)
- Temperatur über 40 Grad
- Fieber nach einer Reise in tropische Länder
- Ausbleibende Harnausscheidung
- Unklare Hautausschläge, Gelenkschwellungen
- Starke Kopfschmerzen, Nackensteifigkeit
- Fieber über Wochen
- Fieberkrämpfe