Frag nach!

Alles zum Fieber

Jedes Mal ein neues Thema: Unsere Mitglieder fragen, unsere Experten antworten

Wodurch entsteht eigentlich Fieber und was macht es? Soraya K. aus Kiel

Dringen z. B. Viren oder Bakterien in unseren Körper ein, geht das Immunsystem in Kampfstellung: Unter anderem werden sogenannte Pyrogene freigesetzt, die die Körpertemperatur hochtreiben. Fieber macht's den Krankheitserregern ungemütlich und spornt die Abwehr an. Unser Wärmeregulationszentrum im Hypothalamus "befiehlt", Blutgefäße zu erweitern und zu schwitzen, um Wärme abzubauen, oder Muskeizittern in Form von Schüttelfrost, um Wärme zu erzeugen,

Welche Messmethode ist am genauesten? Heidi S. aus Detmold

Am zuverlässigsten messen Sie rektal, also im Po, mit einem digitalen Thermometer. Bei Kindern klappt's auch mit der Infrarotmessung im Ohr (aurikulär) gut. Unter der Zunge (sublingual) liegen die Werte jedoch meist 0,3 °C, unter der Achsel (axillar) sogar 0,5 °C unter dem wahren Wert.

Ab wann ist Fieber gefährlich? Vinzenz P. aus Schweinfurt

Fieber über 39 °C sollte nicht länger als einen Tag bestehen. Genauso wichtig: die Stärke anderer Krankheitszeichen!

Was ist bei Kindern und Babys zu beachten? Gertrud S. aus Pforzheim

Bei Kindern genügen oft kleine Infekte, um die Temperatur zu erhöhen. Bis 39 °C darf das Thermometer da schon mal steigen, darüber sollte man mit sanften Wadenwickeln oder Ibuprofen (Rücksprache mit Kinderarzt) eingreifen. Säuglinge unter drei Monaten bitte schon ab 38 °C dem Arzt vorstellen. Auch wieder wichtig: Alle Krankheitssymptome beachten!

Was kann ich selbst tun? Yana W. aus Kassel Natürlich sind Bettruhe und Schonen wichtig, wenn der Körper so viel Arbeit zu leisten hat. Viel trinken (für jedes erhöhte Grad etwa 0,5 Liter mehr) und leichte, vitaminreiche Kost helfen beim Gesundwerden. Selbst gekochte Hühnerbrühe stärkt. Lindenblüten- und Hollerblütentee wirken schweißtreibend und fiebersenkend. Ist der Patient sehr hitzig, senken kühle Wadenwickel das Fieber (nicht bei kalten Füßen, Schüttelfrost oder Kreislaufproblemen!).

Was ist ein Fieberkrampf? Hajo C. aus Magdeburg

Ein schneller Temperaturanstieg löst bei kleinen Kindern (häufig zwischen dem 14. und 18. Lebensmonat) manchmal diese epilepsieartige Reaktion aus. Etwa vier Prozent aller Kinder erleben ihn einmal. Bewusstlosigkeit, Zuckungen, verdrehte Augen, blaue Lippen - meist dauert der Spuk nur bis zu drei Minuten und hinterlässt keine Hirnschäden.

Muss ich Fieber messen? Jens L. aus Grimma Falls ein Arztbesuch ansteht, hilft eine Fiebertabelle, die den Verlauf dokumentiert. Denn es gibt verschiedene Fieberarten, die auf unterschiedliche Ursachen hinweisen.

INFOS ZUM THEMA & KONTAKT

Bleiben Sie gesund!

In der Rubrik "Gesund bleiben" finden Sie in unserem Gesundheitsportal unter www.bkk-atu.de/gesundbleiben wertvolle Tipps und Informationen, wie Sie gesund

bleiben und was Sie sich selbst Gutes tun können. Zur Auswahl stehen Ihnen hier Themen wie zum Beispiel gesunder Schlaf, richtiges Trinken, gesunde Haut und vicie mehr

Gerne helfen wir Ihnen bei Fragen zu allen Gesundheitsthemen weiter. Senden Sie einfach eine Mail an:

fragnach@bkk-atu.de

Wir freuen uns auf Ihre Post!



6 aktiv&gesund 04.13 aktiv&gesund 04.13 7