

Tipps vom Doc

Die App zum Mitfiebern

„You give me fever“ – schon der King hat über Fieber gesungen, es ist also mehr als berechtigt, wenn wir uns zum zweiten Mal diesem Thema widmen. Denn es gibt etwas Cooles, Neues.

Und zwar hat die Universität Witten/Herdecke eine sogenannte Fever-App entwickelt. Das ist ein Studienversuch, der Eltern helfen soll, der sie quasi coachen soll. Und zwar im Umgang mit fiebernden Kindern. Denn es ist nach wie vor so, dass Fieber bei Eltern ganz irrationale Ängste auslöst. Dabei ist es an sich eigentlich oft überhaupt nichts Schlimmes. Dazu gibt es in unserem Archiv schon ein ausführliches [Video](#) samt [PDF](#).

Zurück zur App: Unsere Praxis nimmt an dieser Studie teil. Das heißt, wenn Sie Interesse haben, können Sie sich auf der Website www.feverapp.de das Ganze mal durchlesen. Und wenn Sie dann Lust haben, mitzumachen, können Sie bei uns in der Praxis den erforderlichen Praxiscode abfragen (gerne auch per E-Mail), an dieser Studie teilnehmen und Ihr Wissen und den Umgang mit Fieber verbessern.

Hier noch einmal alle wichtigen **Basisinformationen** zu Fieber:

- Ab **38 Grad** spricht man von Fieber. Für mich als Kinderarzt ist die Fieberhöhe jedoch kein wirklich relevantes Kriterium zur Einschätzung eines Kindes.

- Die Höhe des Fiebers sagt nichts über die Schwere der Erkrankung aus. Das **3-Tages-Fieber** ist zum Beispiel eine sehr harmlose Virusinfektion bei Babys und Kleinkindern und geht oft mit sehr hohem Fieber einher – wobei die Kinder in der Regel dennoch in gutem Allgemeinzustand sind. Andersherum gibt es Kinder, die kein Fieber haben und richtig schwer krank sind.

- Fieber ist eine **natürliche Reaktion** des Körpers auf Erreger. Botenstoffe des Immunsystems fahren die „Betriebstemperatur“ nach oben, der Stoffwechsel wird hochgefahren (schnellere Atmung, höherer Puls, Schwitzen).

- Fieber sorgt dafür, dass im Körper mehr **Abwehrstoffe** gebildet werden und dass das Lebensmilieu für Viren und Bakterien ungünstiger wird. Daher ist Fiebersenkung auch eigentlich nicht wirklich sinnvoll. **Der gesunde Mittelweg**: Das Kind fiebern lassen, wenn es aber zu schlecht drauf ist, zu starke Schmerzen hat, bei Bedarf auch mal etwas geben, eher als Schmerz- denn als Fiebermittel. Die Standardmedikamente Ibuprofen und Paracetamol sind immer schmerzmindernd und fiebersenkend.

- **Zum Arzt sollte man**: Wenn einem der Allgemeinzustand komisch vorkommt, wenn ein Säugling in den ersten sechs Monaten fiebert, wenn das Fieber über drei Tage dauert, bei anhaltender Trinkverweigerung, bei Bewusstseinstörung.