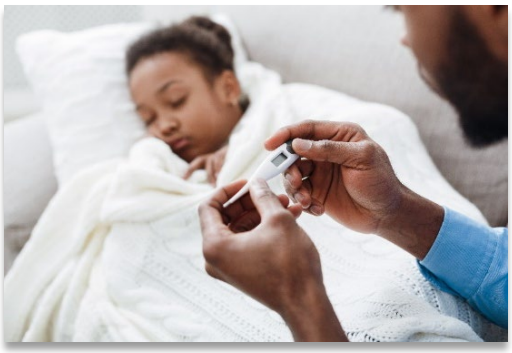
AWMF-Registernr.: 027-074

Elternleitlinie zum Umgang mit Fieber bei Kindern und Jugendlichen

Auf Basis der S3-Leitlinie

Fiebermanagement bei Kindern und Jugendlichen



Herausgebende

Deutsche Gesellschaft für Kinder- und Jugendmedizin e.V. (DGKJ),
Prof. Dr. med. Tim Niehues (Leitlinienbeauftragter der DGKJ), tim.niehues@helios-gesundheit.de,
Prof. Dr. med. David Martin (Koordinator der vorliegenden Leitlinie), david.martin@uni-wh.de

In Zusammenarbeit mit der/dem

Deutschen Gesellschaft für Pflegewissenschaft e. V.
Gesellschaft für Pädiatrische Onkologie und Hämatologie e.V. (GPOH)
Deutschen Gesellschaft für Pädiatrische Infektiologie e.V. (DGPI)
Berufsverband der Kinder- und Jugendärzt*innen e. V. (BVKJ)
Berufsverband Kinderkrankenpflege Deutschland e.V. (BEKD)
Deutschen Gesellschaft für Allgemeinmedizin und Familienmedizin e.V. (DEGAM)
Arbeitsgemeinschaft Pädiatrische Immunologie e.V. (API)
Deutschen Gesellschaft für Ambulante Allgemeine Pädiatrie e.V. (DGAAP)
Gesellschaft für Neuropädiatrie e.V. (GNP)
Deutschen Gesellschaft für Hals-Nasen-Ohren-Heilkunde, Kopf- und Hals-Chirurgie e. V. (DGHNO-KHC)
Bundesverband der Ärztinnen und Ärzte des öffentlichen Gesundheitsdienstes e. V. (BVÖGD)
Deutschen Gesellschaft für Öffentliches Gesundheitswesen (DGÖG)
Deutschen Gesellschaft für Pharmakologie e.V. (DGP)
Patientenorganisation für angeborene Immundefekte e.V. (DSAI)

publiziert bei:

AWMF online
Das Portal der wissenschaftlichen Medizin

Gefördert durch:

Gemeinsamer Bundesausschuss
Innovationsausschuss

Liebe Eltern, liebe Großeltern, liebe Menschen, die sich um ein krankes Kind kümmern,

Fieber ist manchmal beängstigend. Vor allem, wenn das Kind noch sehr klein ist. Fieber ist eine hilfreiche Abwehr des Körpers gegen Erreger und nur ein Anzeichen einer Erkrankung. Es gehört zur normalen Entwicklung von Kindern, dass sie ab und zu eine Erkrankung mit Fieber durchmachen. Diese Elternleitlinie soll Ihnen Sicherheit und Rat geben. Sie basiert auf der ebenfalls von der Leitliniengruppe verfassten AWMF-S3-Leitlinie „Fiebermanagement bei Kindern und Jugendlichen“.

Wir wünschen Ihnen und Ihrem Kind alles Gute!

Prof. Dr. med. David Martin für die AWMF-Leitliniengruppe

Inhalt

Die wichtigsten Empfehlungen auf einer Seite 3

Was ist Fieber eigentlich? 4

Wie messe ich Fieber richtig? 5

Wie kann ich mein Kind auch ohne Medikamente unterstützen? 5

Fieberphasen 6

Braucht mein Kind Medikamente, wenn es Fieber hat? 7

- Kann ich zwischen verschiedenen fiebersenkenden Medikamenten wechseln? 8
- Helfen fiebersenkende Medikamente bei Fieberkrämpfen? 8
- Helfen fiebersenkende Medikamente bei Impfungen? 8
- Helfen Antibiotika bei Fieber? 9

Wie viel Erholungszeit braucht mein Kind? 9

Weiterführende Informationen 9

Bildnachweise 10

Erstellung der Elternleitlinie 10

Die wichtigsten Empfehlungen auf einer Seite

Wie messe ich Fieber richtig?

- *Bei Neugeborenen und Säuglingen:* Messung im Po mit einem Digitalthermometer, dessen Spitze gleitfähig gemacht wurde. Die Messung an anderen Stellen ist ungenauer.
- *Bei älteren Kindern und Jugendlichen:* Messung im Ohr mit einem Trommelfellthermometer ist in den meisten Fällen ausreichend.

Was sind Warnzeichen bei Fieber und wann ist ärztlicher Rat empfohlen?

- Wenn eines der Warnzeichen (Seite 4) auftritt, Sie unsicher sind oder sich Sorgen machen, sollten Sie ärztlichen Rat einholen.

Wie kann ich mein Kind auch ohne Medikamente unterstützen?

- Ihr Kind braucht vor allem liebevolle Zuwendung, Ruhe und Sicherheit. Achten Sie darauf, dass Ihr Kind ausreichend trinkt. Ermöglichen Sie Ihrem Kind ungestörten Schlaf.
- Versorgen Sie Ihr Kind je nach seinem Befinden. Die Fieberphase, in der es sich befindet, kann Ihnen Rückschlüsse für Ihr Handeln geben (Seite 6). Im Fieberanstieg sollten Kinder und Jugendliche, wenn sie frieren (kühle Hände und Füße, Schüttelfrost), ihrem Wärmebedarf gemäß versorgt und zugedeckt werden, bis eine für das Kind angenehme Temperatur erreicht ist. Ist Ihrem Kind zu warm, kann es leichter bedeckt sein. Kühlen oder eine kalte Umgebung ist nicht ratsam, wenn Ihr Kind diese als unangenehm empfindet.

Braucht mein Kind Medikamente, wenn es Fieber hat?

- Normalerweise gibt es bei fiebernden Kindern keine Notwendigkeit eine hohe Temperatur zu senken.
- Geben Sie fiebersenkende Medikamente nur, wenn Ihr Kind Schmerzen hat und zur Verbesserung seines Befindens. Geben Sie diese nur so lange, bis sich Ihr Kind besser fühlt.
- Es ist sehr wichtig, dass Sie die empfohlenen Mengen für Ibuprofen und Paracetamol einhalten und nicht überschreiten. Beachten Sie hierfür unbedingt den Beipackzettel und die Angaben Ihrer Ärztin oder Ihres Arztes.
- Wenn Ihr Kind weiterhin leidet, können Sie mit Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt über die Möglichkeit eines Wechsels des Medikamentes sprechen.
- Fiebersenkende Medikamente verhindern Fieberkrämpfe nicht und sollen nicht speziell dafür eingesetzt werden.
- Die vorsorgliche Gabe von fiebersenkenden Medikamenten bei Impfungen ist nicht nötig.
- Fieber an sich ist kein Grund für ein Antibiotikum. Antibiotika wirken nicht gegen Viren und sind daher bei Infektionen nicht immer nötig. Antibiotika können ihrem Kind und der Umwelt schaden, wenn sie nicht notwendig sind.

Wie viel Erholungszeit braucht mein Kind?

- Sorgen Sie für eine ausreichend lange Zeit für die Erholung Ihres Kindes. Kinder und Jugendliche sollten mindestens einen Tag fit und fieberfrei sein, bevor sie wieder in den Kindergarten oder die Schule gehen.

Was ist Fieber eigentlich?

Fieber selbst ist keine Krankheit. Fieber ist eine normale und meistens hilfreiche Abwehr des Körpers im Umgang mit Krankheitserregern. Dabei regelt der Körper die Temperatur so, dass bei ansonsten gesunden Kindern Fieber unschädlich bleibt. Es gibt keine wissenschaftliche Grundlage die besagt, dass Fieber bei zuvor gesunden Kindern und Jugendlichen schädigend ist.

Fieber wird bei Kindern und Jugendlichen als eine Körpertemperatur ab 38,5 °C definiert. Bei Kindern unter 3 Monaten gilt bereits eine Temperatur ab 38,0 °C als Fieber. Bei Fieber im Rahmen einer Infektion reguliert der Körper die Temperatur.

Wichtig ist das Wissen über Warnzeichen bei Fieber und wann Sie ärztlichen Rat einholen sollten.

Außerhalb der Öffnungszeiten Ihrer Hausarzt- oder Kinder- und Jugendarztpraxis erreichen Sie den ärztlichen Bereitschaftsdienst deutschlandweit unter 116 117. Im Notfall wenden Sie sich an den Rettungsdienst unter 112 oder fahren Sie ins nächste Kinder-Krankenhaus.

Was sind Warnzeichen bei Fieber?

- *Bewusstseinsstörungen:* Ihr Kind ist benommen, orientierungslos, nicht ansprechbar und stark schläfrig
- Empfindlichkeit bei Berührungen
- Starke Schmerzen
- Schrilles Schreien
- Hauteinblutungen (ein Hautausschlag der nicht wegdrückbar ist, zum Beispiel mit einem Glas durch das man schaut)
- Ihr Kind wirkt schwer krank
- Austrocknung, zum Beispiel seit mehr als 12 Stunden keine Urinausscheidung
- Sehr schnelles Atmen, Luftnot
- Kinder unter 3 Monaten mit 38 °C, im Po gemessen
- Fieber länger als 3 Tage
- Sie sind sehr besorgt oder unsicher

Empfehlung:

Beobachten Sie bei Ihrem Kind mit Fieber sein Wohlbefinden, Allgemeinzustand und achten Sie auf die Warnzeichen.

Wenn eines der oben genannten Warnzeichen auftritt, sollten Sie zu einer Ärztin oder einem Arzt gehen.

Wie messe ich Fieber richtig?

Nicht alle Thermometer sind gleich genau. Es kommt auf das Alter des Kindes an, welches Thermometer Sie am besten nutzen sollten.

Digitalthermometer

Trommelfellthermometer

Stirn-/Schläfenthermometer

Bei Neugeborenen und Säuglingen sollte im Po mit einem Digitalthermometer gemessen werden. Die Thermometerspitze sollte dabei vorab gleitfähig gemacht werden. Bei älteren Kindern und Jugendlichen ist eine Messung im Ohr möglich. Alternativ kann man bei älteren Kindern und Jugendlichen auch unter der Zunge mit einem Digitalthermometer messen. Das ist aber etwas ungenauer, ebenso wie das Stirnthermometer. Eine Messung unter den Achseln ist in allen Altersklassen ungenau.

Empfehlung:

	Ort der Messung				
	Po	**Ohr**	**Stirn**	**Mund**	**Achseln**
Neugeborene	Ja	Nein	Nein	Nein	Nein
Säuglinge	Ja	Nein	Nein	Nein	Nein
Kinder	Ja	Ja	Ungenauer	Ungenauer	Nein
Jugendliche	Ja	Ja	Ungenauer	Ungenauer	Nein

Wie kann ich mein Kind auch ohne Medikamente unterstützen?

Vermitteln Sie Ihrem Kind durch liebvolle Zuwendung Ruhe und Sicherheit. Beachten Sie auch die Fieberphasen.

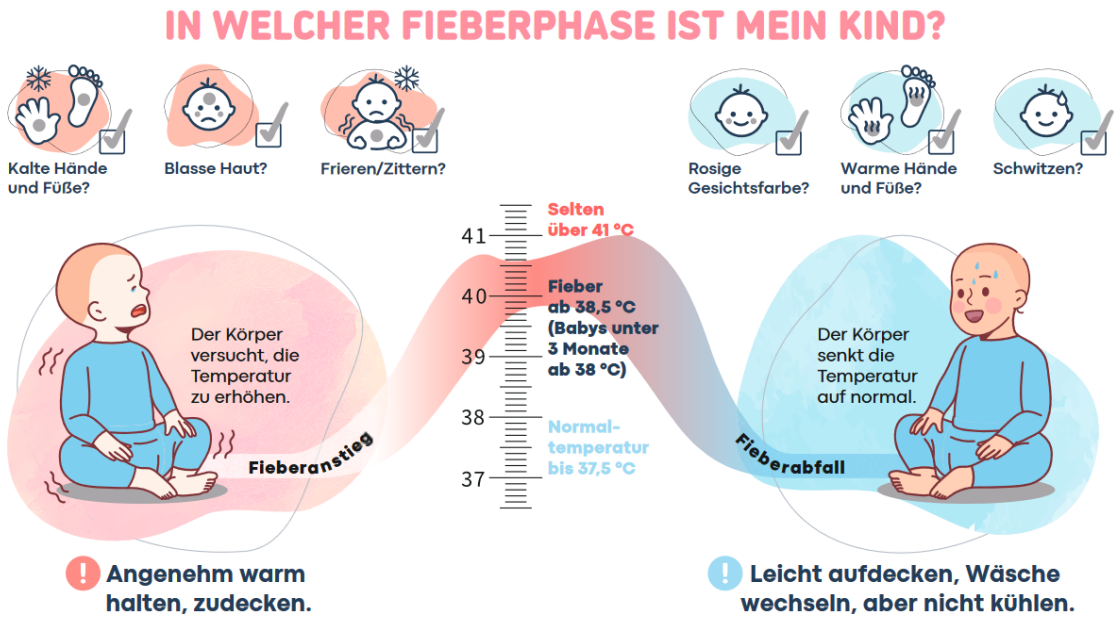
Fieberphasen

Fieberanstieg: Fieber beginnt mit Schwäche und Frösteln bis hin zu Schüttelfrost. Die Wärme wird im Inneren des Körpers konzentriert. Ihr Kind kann frieren (kühle Hände und Füße, Schüttelfrost). Versorgen Sie Ihr Kind mit Wärme und decken es zu, wenn es das braucht. Ist Ihrem Kind zu warm, kann es leichter bedeckt sein. Kühlen oder eine kalte Umgebung ist nicht ratsam.

Fieberplateau: Bei einer höheren Temperatur hat sich ein neues Wärmegleichgewicht eingestellt. Hände und Füße werden warm. Wenn Ihr Kind sich unwohl fühlt, können Sie Wadenwickel anwenden. Diese sollten körperwarm sein, damit der Körper nicht wieder zu einem Temperaturanstieg angeregt wird. Ermöglichen Sie Ihrem Kind ungestörten Schlaf.

Für die Anwendung von Wadenwickeln siehe Video: https://www.feverapp.de/videos/#c760.

Fieberabfall: Sobald das Fieber sinkt, wird die Wärme wieder verteilt: Das Kind fängt am ganzen Körper an zu glühen. In dieser Phase entspannt es sich und schläft dabei oft ein. Allgemein sollte Ihr Kind nicht zu leicht bekleidet sein und nicht kalten Umgebungstemperaturen ausgesetzt werden. Wenn es dem Kind zu warm ist oder es sogar anfängt zu schwitzen, benötigt es weniger Wärme bis hin zur leichten Abdeckung. Der Fokus sollte immer auf dem Komfort und dem Wohlbefinden Ihres Kindes liegen.



Empfehlung:

Ihr Kind braucht vor allem Zuwendung, Ruhe und Sicherheit.
Achten Sie auf ungestörten Schlaf und darauf, dass Ihr Kind genug trinkt.

Braucht mein Kind Medikamente, wenn es Fieber hat?

Geben Sie Ibuprofen oder Paracetamol nur, wenn Ihr Kind Schmerzen hat und zur Verbesserung seines Befindens; Ibuprofen erst ab einem Alter von 3 Monaten.

Empfehlung:

Normalerweise gibt es bei fiebernden Kindern keine Notwendigkeit eine hohe Temperatur zu senken.

Geben Sie Ibuprofen oder Paracetamol nur, wenn Ihr Kind Schmerzen hat und zur Verbesserung seines Befindens.

Geben Sie diese nur solange, bis sich Ihr Kind besser fühlt.

Wie oft und wie viele fiebersenkende Medikamente darf ich geben?

Da es zu Nebenwirkungen kommen kann, ist es besonders wichtig, die Medikamente in der richtigen Menge zu geben. Lassen Sie sich unbedingt von Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt oder Apothekerin oder Apotheker erklären, wie Sie für Ihr Kind die richtige Menge abmessen können.

	Ibuprofen, kurzzeitig Gabe	Paracetamol, kurzzeitige Gabe
Maximale Einzeldosis*	7 bis 10 mg/kg Körpergewicht	10 bis 15 mg/kg Körpergewicht aber maximal 1000 mg
Maximale Tagesdosis *	40 mg/kg Körpergewicht (maximal 2400 mg pro Tag bei über 60 kg Körpergewicht)	60 mg/kg (maximal 4000 mg pro Tag bei über 60 kg Körpergewicht)
Anzahl der Dosen pro Tag*	Maximal 4 Dosen	Maximal 4 (bei 15 mg/kg) bis 6 (bei 10 mg/kg) Dosen

* Die maximale Einzel- und Tagesdosis pro Alter und Gewicht soll anhand des Beipackzettels beachtet werden.

Empfehlung:

Es ist sehr wichtig, dass Sie die empfohlenen Mengen für Ibuprofen und Paracetamol einhalten und nicht überschreiten. Beachten Sie hierfür unbedingt den Beipackzettel und die Angaben Ihrer Ärztin oder Ihres Arztes.

Ibuprofen ist erst ab dem Alter von 3 Monaten zugelassen.

Kann ich zwischen verschiedenen fiebersenkenden Medikamenten wechseln?

Fiebersenkende Medikamente sind auch Schmerzmittel – es geht normalerweise nicht um die Senkung des Fiebers. Ihre schmerzlindernde Wirkung ist nicht bei jedem Kind gleich gut. Grundsätzlich ist ein Wechsel möglich. Allerdings sollten Sie, wenn sich der Zustand Ihres Kindes trotz der Gabe eines Medikamentes verschlechtert oder es weiter Schmerzen hat, mit einer Ärztin oder einem Arzt in Kontakt treten.

Empfehlung:

Wenn Ihr Kind weiterhin leidet, können Sie mit Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt über die Möglichkeit eines Wechsels des Medikaments sprechen.

Helfen fiebersenkende Medikamente bei Fieberkrämpfen?

Fieberkrämpfe hören meist nach wenigen Minuten von selbst auf und hinterlassen normalerweise keine Schäden. Verhindern lassen sich solche Fieberkrämpfe bisher nicht. Fiebersenkende Medikamenten wirken dabei nicht. Jeder erste Fieberkrampf erfordert eine ärztliche oder notärztliche Vorstellung.

Empfehlung:

Fiebersenkende Medikamente verhindern Fieberkrämpfe nicht und sollen nicht speziell dafür eingesetzt werden.

Helfen fiebersenkende Medikamente bei Impfungen?

Fieber nach einer Impfung ist eine normale Reaktion des Immunsystems auf den Impfstoff. Es zeigt, dass der Körper die Impfung verarbeitet. Fiebersenkende Medikamente müssen nicht eingesetzt werden. Der Körper bildet nach der Impfung Antikörper, die verhindern sollen, dass man an dem Erreger schwer erkrankt. Fiebersenkende Medikamente sollten i.d.R. nur bei Schmerzen oder Unwohlsein nach einer Impfung gegeben werden.

Empfehlung:

Die vorsorgliche Gabe von fiebersenkenden Medikamenten bei Impfungen ist nicht nötig.*

*Für die Meningokokken-B Impfung verweisen wir auf die aktuellen STIKO-Empfehlung zur prophylaktischen Paracetamolgabe und auf die ärztliche Beratung.

Helfen Antibiotika bei Fieber?

Fieber an sich ist kein Grund für ein Antibiotikum. Antibiotika sind unverzichtbar für Fieber bei schweren bakteriellen Infektionen. Wenn sie nicht nötig sind, überwiegen die Nachteile, wie Nebenwirkungen und Antibiotikaresistenz. Die meisten Infektionen bei Kindern und Jugendlichen werden nicht durch Bakterien ausgelöst, sondern durch Viren. Virale Infektionen und einige bakterielle Infektionen bedürfen keiner Antibiotikatherapie.

Empfehlung:

Antibiotika wirken nicht gegen Viren und sind auch bei bakteriellen Infektionen oft nicht nötig. Antibiotika können ihrem Kind und der Umwelt schaden, wenn sie nicht notwendig sind.

Wie viel Erholungszeit braucht mein Kind?

Eine gute und ausreichend lange Zeit für die Genesung bedeutet für Ihr Kind auch längerfristig eine Stärkung. Idealerweise haben Gesetzgeberinnen und Gesetzgeber, Krankenversicherungen sowie Arbeitgeberinnen und Arbeitgeber Verständnis dafür. Nachzulesen sind die Ansprüche hier:

www.bundesgesundheitsministerium.de/themen/praevention/kindergesundheit/faq-kinderkrankengeld.

Empfehlung:

Sorgen Sie für eine ausreichend lange Zeit für die Erholung Ihres Kindes. Kinder und Jugendliche sollten mindestens einen Tag fit und fieberfrei sein, bevor sie wieder in den Kindergarten oder die Schule gehen.

Weiterführende Informationen

Für die Inhalte kann keine Gewähr übernommen werden. Rückmeldungen an die Herausgebenden sind ausdrücklich erwünscht.

S3-Leitlinie zum Umgang mit Fieber bei Kindern und Jugendliche:
https://register.awmf.org/de/leitlinien/detail/027-074
Elterninfo Fieber: www.dgkj.de/eltern/dgkj-elterninformationen/elterninfo-fieber
Elterninfo Fieberkrampf: www.dgkj.de/eltern/dgkj-elterninformationen/elterninfo-fieberkrampf
Elterninfo Infekte: www.dgkj.de/eltern/dgkj-elterninformationen/elterninfo-infekte
FeverApp-Webseite sowie Download der FeverApp: www.feverapp.de/

Beteiligte Autor:innen der Elternleitlinie:

Prof. Dr. med. David Martin, Juliane Schemmer, Ricarda Möhler, Nikola Schulze, Dr. med. Silke Schwarz

Bitte wie folgt zitieren:

Deutsche Gesellschaft für Kinder- und Jugendmedizin e.V. DGKJ. Elternleitlinie zum Umgang mit Fieber bei Kindern und Jugendlichen auf Basis der S3-Leitlinie: Fiebermanagement bei Kindern und Jugendlichen. 1. Auflage 2024. AWMF-Register Nr. 027-074.

https://register.awmf.org/de/leitlinien/detail/027-074

Bildnachweise

Seite	Typ	Beschreibung	Quelle
Titel	Foto	Mutter mit Kind im Arm	Adobestock.com/Pixel-Shot
Titel	Foto	Vater mit Kind und Thermometer	Adobestock.com/Prostock-studio
S. 4	Grafik	Fieber ist dein Freund	CP/COMPARTNER Agentur für Kommunikation GmbH
S. 5	Foto	Baby Fieber messen	Adobestock.com/sakepaint
S. 5	Foto	Kind Fieber messen Ohr	Adobestock.com/zilvergolf
S. 5	Foto	Kind Fieber messen Stirn	Pexels
S. 5	Grafik	Was kann ich bei Fieber tun?	CP/COMPARTNER Agentur für Kommunikation GmbH
S. 6	Grafik	In welcher Fieberphase ist mein Kind?	CP/COMPARTNER Agentur für Kommunikation GmbH
S. 9	Foto	Kinder in der Natur	Adobestock.com/Pixel-Shot

Erstellung der Elternleitlinie

Die Elternleitlinie zum Umgang mit Fieber bei Kindern und Jugendlichen basiert auf der AWMF S3-Leitlinie „Fiebermanagement bei Kindern und Jugendlichen“, 1. Auflage 2024, AWMF-Register Nr. 027-074. Es wurde eine Evidenzrecherche und Bewertung zu verschiedenen Fragestellungen durchgeführt. Die Ergebnisse wurden innerhalb der Leitliniengruppe diskutiert und Empfehlungen in einem Konsensverfahren formuliert und abgestimmt. Fragestellungen mit nicht ausreichender Evidenz, wurden in einem Expertenkonsens beantwortet. Alle Empfehlungen innerhalb der S3-Leitlinie wurden für die Elternleitlinie laienverständlich aufbereitet. Es wurden keine zusätzlichen Informationen, die von den konsensbasierten Empfehlungen abweichen könnten, eingepflegt.

Beteiligung von Patientinnen und Patienten

Die S3-Leitlinie wurde unter direkter Beteiligung von Patientenvertreterinnen und -vertretern erstellt. Ein Beteiligter des Elternbeirats der „FeverApp“ sowie Eltern innerhalb der Autor:innengruppe dieser Elternleitlinie und die Ansprechpartnerin von „dsai e.V. Patientenorganisation für angeborene Immundefekte“ überprüften die Laienverständlichkeit und Angemessenheit der Elternleitlinie.

Interessenskonflikte

Für eine detaillierte Beschreibung zum Management der Interessenskonflikte innerhalb der Leitliniengruppe siehe https://register.awmf.org/de/leitlinien/detail/027-074

Finanzierung der Leitlinie

Das dieser Veröffentlichung zugrundliegende Projekt wurde mit Mitteln des Innovationsausschusses beim Gemeinsamen Bundesausschuss unter dem Förderkennzeichen 01VSF21023 gefördert.

Versionsnummer: **1.0**

Erstveröffentlichung: **05/2025**

Nächste Überprüfung geplant: **04/2030**

Die AWMF erfasst und publiziert die Leitlinien der Fachgesellschaften mit größtmöglicher Sorgfalt - dennoch kann die AWMF für die Richtigkeit des Inhalts keine Verantwortung übernehmen. **Insbesondere bei Dosierungsangaben sind stets die Angaben der Hersteller zu beachten!**

Autorisiert für elektronische Publikation: AWMF online