



Alles über Fieber

Fieber.de

Impressum

Alles über Fieber

Autor

fieber.de

International Services Company
Vertreten durch Frederick Schiwiek
12, route de Longwy
L-8080 Bertrange
Luxembourg

Telefon: +352 27225-0

E-Mail: sites@keyworddomains.com

Webseite: <http://fieber.de>

Umsatzsteuer-Identifikationsnummer: LU22694079

Dieses E-Book, einschließlich seiner Teile, ist urheberrechtlich geschützt und darf ohne Zustimmung des Autors nicht vervielfältigt, wieder verkauft oder weitergegeben werden.

Hat Ihnen das E-Book gefallen, so empfehlen Sie Ihren Freunden den Download eines persönlichen Exemplars auf fieber.de. Ein großes Dankeschön, dass Sie die Arbeit des Autors respektieren!

Copyright © 2013 fieber.de

Was ist Fieber?

Fieber ist keine Krankheit, sondern eine Erhöhung der normalen Körpertemperatur. Es ist eine Begleiterscheinung vieler Krankheiten. Fieber entsteht durch eine Abwehrreaktion des Organismus. Es signalisiert, dass der Körper Krankheitserreger bekämpft.

Die normale, durchschnittliche Körpertemperatur des Menschen liegt bei etwa 36 °C. Messwerte unter 38 °C bezeichnet man als erhöhte Temperatur. Bei mäßigem Fieber beträgt der gemessene Wert bis 39 °C. Ab einem Messwert von über 39 °C spricht man von hohem Fieber.

Die Körpertemperatur kann entweder im Enddarm (rektal), unter der Zunge (oral), unter den Achselhöhlen (axillar) oder im Ohr gemessen werden. Allerdings variiert die Temperatur je nach Körperregion. Die Rektalmessung gilt als genaueste Methode. Allerdings liegt sie um 0,4 °C höher als die an anderen Körperstellen gemessene Temperatur. Die Körpertemperatur ist jedoch auch tageszeitabhängig. Oftmals steigt sie am späten Nachmittag oder zum Abend hin.

Es gibt viele Ursachen für einen Temperaturanstieg. Häufig gilt dies als Zeichen von Infektionen mit Viren oder Bakterien. Dazu gehören Erkältungskrankheiten, Bronchitis und Blasenentzündung. Begleitsymptome können Gliederschmerzen, Schüttelfrost, Kopfschmerzen und ein allgemeines Krankheitsgefühl sein.



Frau mit Fieber

Während des Fiebers empfiehlt es sich, Bettruhe einzuhalten und sich zu schonen. Da der Körper in der Fieberphase vermehrt Flüssigkeit verbraucht, muss auf eine ausreichende Flüssigkeitszufuhr geachtet werden.

Kinder bekommen deutlich häufiger Fieber als Erwachsene. Auch harmlose Infekte oder Impfungen verursachen oftmals eine Erhöhung der Körpertemperatur. In der Fieberphase sollte das Kind nicht zu warm angezogen werden, um einen Wärmestau zu vermeiden.

Fieber sollte nicht zu früh behandelt werden, um den Abwehrmechanismus des Körpers nicht zu blockieren. Die Ausnahme bilden ältere, geschwächte Menschen und zu Fieberkrämpfen neigende Kinder. Hier muss das Fieber ab 38 °C behandelt werden. Ansonsten ist die Körpertemperatur ab etwa 39 °C behandlungsbedürftig. Ab 41 °C wird Fieber lebensbedrohlich.

Ein Fieberanstieg macht sich durch Schüttelfrost bemerkbar, eine fallende Körpertemperatur hingegen durch Schwitzen.

Zur Fieberbekämpfung im Anfangsstadium eignen sich Hausmittel wie Wadenwickel. Dazu umwickelt man den Unterschenkel des Fiebernden mit lauwarmen Tüchern. Die Körpertemperatur wird dadurch ohne Nebenwirkungen gesenkt. Bei Patienten, die unter Schüttelfrost oder kalten Füßen leiden, ist diese Methode ungeeignet. Fiebersenkende Medikamente enthalten Paracetamol, Ibuprofen oder Acetylsalicylsäure. Diese wirken zugleich auch schmerzlindernd.

Bei unklaren Fieberzuständen sollte der Arzt konsultiert werden. Dasselbe gilt bei langanhaltenden, hohen Fieberphasen und hinzukommenden Komplikationen.

Ursachen

Nicht alle Ursachen von Fieber sind bekannt, aber dass Fieber ohne Ursache auftritt, ist eher unwahrscheinlich. Dabei muss es sich nicht immer um schwerwiegende Erkrankungen handeln, denn Fieber ist grundsätzlich als Abwehrreaktion des Körpers zu verstehen, mit der er zunächst eines einfordert: Ruhe, um sich mit dem, was da eingedrungen ist, auseinanderzusetzen.



Fieber kann verschiedene Ursachen haben

Als Ursachen von Fieber lassen sich zunächst in den Körper eingedrungene Krankheitserreger bestimmen. Das können Bakterien oder Viren sein, mit denen der Fieberkranke sich infiziert hat. Der Anstieg der Körpertemperatur trägt dazu bei, dass diese sich nicht weiter ausbreiten können; zusätzlich werden die Stoffwechselfvorgänge durch den Temperaturanstieg erhöht und die körpereigene Abwehr wird somit gesteigert.

Fieber tritt also in der Regel mit anderen Symptomen zugleich auf bzw. das Fieber selbst ist nicht als Ursache einer Erkrankung anzusehen. Stattdessen kann das Fieber auf seine Ursachen aufmerksam machen. Denn zu den Krankheiten, die Fieber verursachen, gehören nicht nur die häufigen Infektionskrankheiten, sondern auch Infektionen an den Genitalien oder Blinddarmentzündungen, eine Überfunktion der Schilddrüse oder auch eine Erkrankung aufgrund eines Tumors. Weitere Ursachen für Fieber können ein besonders hoher Flüssigkeitsverlust oder auch die Aufnahme giftiger Substanzen, verdorbener Speisen oder bestimmter Medikamente sein.

Aber nicht nur Erkrankungen gehen mit Fieber einher; auch Erschöpfung oder Überforderung können zu einem Anstieg der Körpertemperatur führen. Das Fieber ordnet dann eine Art Zwangspause an, während dieser der Erkrankte die eigenen Kräfte stabilisieren kann. Da sich ein solcher Zusammenhang aber nicht ursächlich herstellen lässt, erscheinen die tatsächlichen Ursachen des Fiebers hier oft unklar.

Eine leichte Erhöhung der Körpertemperatur wird in der Regel noch nicht als Fieber bezeichnet. Doch ähnlich dem Wetter gibt es auch beim Fieber eine gemessene und eine gefühlte Temperatur. Ursachen für einen leichten Anstieg können z. B. im übermäßigen Konsum von Alkohol oder anderen schädlichen Stoffen liegen; Frauen verzeichnen einen leichten Anstieg der Körpertemperatur, nachdem der Eisprung erfolgt ist.

Symptome

Wer unter einer Fieber leidet, kann dies anhand bestimmter Symptome festmachen. Diese variieren jedoch je nach Ursache und der eigentlichen Höhe des Fiebers.

In jedem Fall erscheint es ratsam, einen Arzt zur aktuellen Sachlage und dem Verlauf des Krankheitsbildes zu befragen. Dieser kann nähere Informationen zu den Hintergründen und vor allen Dingen zur Behandlung bieten. Man spricht von Fieber, wenn die normale Körpertemperatur von 37 Grad Celsius um mehr als zwei Grad ansteigt. Wer Fieber mit 39 Grad Celsius besitzt, sollte unverzüglich ärztliche Hilfe in Anspruch nehmen.



Frau mit fiebrigen Kopfschmerzen

Die in einem solchen Fall auftretenden Symptome können unterschiedlich ausfallen und müssen daher im Einzelfall bewertet werden. Die häufigsten Symptome bei Patienten, welche unter einer Erkrankung mit auftretendem Fieber leiden, sind neben teilweise starken Kopfschmerzen und Müdigkeit eine allgemeine Schwäche sowie ein Krankheitsgefühl, welches meist mit einer Antriebslosigkeit einhergeht. Diese Signale sind Zeichen des Körpers, sich auszuruhen und alle Kraft in das körpereigene Immunsystem zu investieren. Oftmals können hierbei Glieder- und Gelenkschmerzen vorkommen. Die zuvor aufgezählten Symptome haben zur Folge, dass die betroffenen Personen keinen Appetit verspüren und deutlich weniger Nahrung zu sich nehmen, als dies gewöhnlicherweise der Fall ist.

Ein klassisches Symptom bei steigendem Fieber ist ein enormes Kältegefühl trotz warmer Raumluft oder einer wärmenden Decke. Dieses Frösteln kann sich bis hin zu Schüttelfrost entwickeln. Es kann ebenfalls zu dem Gegenteil kommen, indem der Erkrankte zu schwitzen beginnt und unter einem starkem Flüssigkeitsverlust leidet. Letzteres tritt jedoch ausschließlich bei sinkendem Fieber auf.

Es finden sich ebenfalls Symptome vor, welche rein äußerlich erkennbar sind. Hierzu zählen neben einer warmen und geröteten Haut vor allen Dingen außerordentlich trockene Lippen und Mundschleimhaut. In manchen Fällen kann es zu einer Tachykardie kommen. Das hierbei auftretende Herzrasen ist charakteristisch für den Verlauf von sehr hohem Fieber. Viele an Fieber erkrankte Personen leiden zudem unter einer schnellen und flachen Atmung.

Fiebermessen

Zum Fieber messen benutzte man früher ein Fieberthermometer mit Quecksilber. Dieses ist mittlerweile zum Glück veraltet und durch digitale Fieberthermometer ersetzt worden. Gerade bei Kindern ist ein Fieberthermometer mit flexibler Spitze sehr praktisch, da so die Messung im Analbereich wesentlich angenehmer ist als mit einer starren Plastikspitze.



Fieberthermometer

Das Fieber messen im Analbereich ist auch die zuverlässigste Methode zur Bestimmung der Körpertemperatur. Erwachsene messen aber lieber unter der Achselhöhle beziehungsweise im Mund. Bei der Messung unter der Achselhöhle kann die gemessene Temperatur bis zu einem halben Grad von der eigentlichen Körpertemperatur nach unten differieren, da hier in keine Körperöffnung – wie es beim Analbereich der Fall ist – eingedrungen wird. Hier ist die Luftzirkulation viel größer. Auch das Fieber messen im Mund ist ungenau, da genau unter der Zunge gemessen werden muss, was für einige sehr unangenehm ist. Deshalb empfiehlt es sich, auch bei Erwachsenen die Körpertemperatur im Analbereich zu messen.

Wer beim Fieber messen ein sehr schnelles Ergebnis benötigt, kann die Körpertemperatur auch mittels eines Ohr- und Schläfenthermometers bestimmen. Zeigt dieses bei einer Messung in diesen Regionen eine erhöhte Temperatur an, muss im Analbereich oder unter der Achselhöhle noch ein zweites Mal gemessen werden.

Eine erste Möglichkeit, den Körper des Babys auf Fieber zu testen, ist ein Griff in den Nacken des Kindes. Ist dieser verschwitzt oder heiß, ist dies ein erstes Anzeichen für Fieber oder zumindest eine erhöhte Körpertemperatur.

Bei Babys und Kleinkindern besteht die Möglichkeit, einen Schnuller mit integriertem Fieberthermometer zum Fieber messen zu nutzen. Dieser ist aber auch nicht sehr zuverlässig, sondern kann nur einen ersten Anhaltspunkt für Fieber darstellen, da der im Sauger befindliche Sensor genau unter der Zunge liegen sollte. Dies macht aber kein Baby oder Kleinkind, auch wenn es nur über eine kurze Zeit ist, mit. Deshalb sollte auch hier bei einer erhöhten Temperaturanzeige das Fieber messen im Analbereich wiederholt werden.

Wenn die Körpertemperatur eines Erwachsenen 37,0 Grad überschreitet, spricht man in der Regel von erhöhter Temperatur. Ab 38,0 Grad Körpertemperatur spricht man von Fieber. Bei Babys und Kleinkindern ist dies etwas anders. Hier geht man erst bei einer Körpertemperatur von 38,0 Grad von erhöhter Temperatur und ab 38,5 Grad von Fieber aus. Ab 39,5 Grad spricht man bei Babys und Kleinkindern von sehr hohem Fieber.

Fieber Hausmittel

Diese Hausmittel helfen gegen Fieber. Egal ob Wadenwickel, Essigstrümpfe oder eine Nasswaschung. Hier finden Sie hilfreiche Hausmittel gegen Fieber. Fieber ist die natürliche Reaktion des Körpers auf eine schwere Infektion. Es bekämpft die Krankheitserreger.



Steigt das Fieber aber zu hoch (über 39 Grad), sollte man dagegen vorgehen. Vor dem Einsatz von starken Medikamenten oder Antibiotika, kann man versuchen, das Fieber mit einem Hausmittel zu senken.

Bei hohem Fieber ist es wichtig, Bettruhe einzuhalten. Hilfe, auch gegen die Kopfschmerzen, die meistens durch das Fieber auftreten, gibt es schnell durch einen feuchten Waschlappen auf der Stirn.

Verschiedene Wasseranwendungen, wie Wadenwickel, sind gute Hausmittel als Sofortmaßnahmen gegen Fieber. Richtig angewendet lässt sich damit das Fieber relativ schnell um etwa ein- bis zwei Grad senken.

Voraussetzung für die Anwendung von Wadenwickeln ist, dass der Körper des Kranken heiß ist, vor allem Waden und Füße. Baumwoll-Küchentücher eignen sich gut für diese Umschläge. Das Wasser zum Anfeuchten der Tücher darf nicht zu kalt sein, ca. 30 Grad. Die nassen Umschläge werden um die Waden gewickelt und dann noch mit ein- bis zwei Lagen trockener Tücher umwickelt. Sobald die Wickel trocken sind, werden sie erneuert. Hat die Körpertemperatur 38 Grad erreicht, werden die Wadenwickel wieder abgesetzt.

Auch mit Essigstrümpfen kann man schnell etwas Linderung erreichen. Dazu gibt man einen Teil Essig auf fünf Teile Wasser. Die Essigsocken umwickelt man mit trockenen Tüchern und erneuert sie höchstens dreimal täglich. Bei ganz kleinen Kindern erreicht man mit dem Anlegen von Pulswickeln die gleiche Wirkung. Feuchte Taschentücher werden schmal gefaltet und mit Mullbinden oder Säckchen an den Hand- und Fußgelenken der Babys fixiert.

Eine Nasswaschung oder ein warmes Bad wird oft als Hausmittel bei Fieber eingesetzt. Die Wassertemperatur sollte zu Beginn knapp unter der momentanen Körpertemperatur liegen. Nach und nach lässt man kaltes Wasser nachlaufen, bis auf ca. 25 Grad. Danach gut abtrocknen und Bettruhe einhalten.

Beim Essen ist auf leichte Kost zu achten. Gut geeignet sind Gerichte mit Reis oder Kartoffelpüree, Quark und Obst. Hühnerbrühe gilt als Hausmittel bei fieberhaften Erkältungen. Ihre Inhaltsstoffe wirken entzündungshemmend.

Wichtig ist es, viel zu trinken, vor allem Mineralwasser, aber auch Obstschorlen und Tees. Kinder mögen gerne Kirsch- oder Himbeersaft, auch eingefrorene oder eingekochte Früchte, denen eine fiebersenkende Wirkung nachgesagt wird. Ebenso gilt Rote-Bete-Saft als altes Hausmittel bei Fieber, genauso wie Lindenblüten-, Thymian- und Kamillentee. Holunderblüten enthalten viel Vitamin C und wirken antibakteriell.

Behandlung



Für die Behandlung von Fieber ist zunächst die Schonung des Körpers die wichtigste Maßnahme. Fieber ist eine nützliche Abwehrreaktion des Körpers. Wenn es sich zeigt, kämpft der Körper mit zusätzlicher Wärme gegen Krankheitserreger an. Das ist Schwerstarbeit und schwächt den Körper. Der Fiebernde sollte im Bett bleiben und viel Flüssigkeit aufnehmen.

Das kann Tee sein, besonders gut ist leicht gesüßter Kräutertee oder auch Früchtetee. Lindenblütentee hilft beim fiebersenkenden Schwitzen. Auch Obstsaft sind bei der Behandlung von Fieber Energie spendend und unterstützen den Körper bei seiner Abwehrtätigkeit. Zur der Behandlung von Fieber gilt es, bei einer Körpertemperatur über 37°C etwa zwei Liter Flüssigkeit am Tag zusätzlich zu trinken. Neben der unbedingten Ruhe ist nicht immer notwendig, das Fieber zu unterdrücken. Wenn das Fieber jedoch 39°C erreicht, können auch Wadenwickel zur Behandlung eingesetzt werden.

Handtücher oder Leinentücher sind in Leitungswasser mit Zimmertemperatur zu tauchen und um die Waden des Fiebernden zu wickeln. Die nassen Tücher sollen gut an den beiden Beinen anliegen. Der Körper selbst darf bei der Behandlung nicht auskühlen. Nach etwa 5 bis 10 Minuten sind die Tücher zu erneuern. Die Wirkung der Behandlung ist von der Temperatur und der Anwendungsdauer abhängig. Die Wadenwickel können so oft erneuert werden, bis die Körpertemperatur deutlich gesunken ist, anzustreben sind etwa 2 °C.

Neben diesen Hausmitteln ist es möglich, unterstützend ein besonders verträgliches Schmerz- oder Fiebermittel einzunehmen. Solche Medikamente, die bereits schon ausprobiert wurden, gehören in jede Hausapotheke. Allerdings ist eine medikamentöse Behandlung nicht selbstständig über einen längeren Zeitraum durchzuführen. Ein Arzt ist unbedingt aufzusuchen, wenn das Fieber mehr als drei Tage anhält oder deutlich über 39 °C ansteigt. Eine eigenständige Behandlung sollte auch nicht durchgeführt werden, wenn das Fieber aus unersichtlichem Grund plötzlich aufgetreten ist oder ein schweres Krankheitsgefühl auftritt. Eine Verzögerung des Arztbesuches kann zu schweren Folgen führen.