

**→ Bei Hauteinblutungen oder Nackensteifigkeit umgehend zum Arzt! ←**

**Fieber (ab einer Temperatur von 38,6°C)**

**Wie misst man Fieber?**

- Bei Säuglingen/Babys: Rektal/im Popo
- Ab Kleinkindalter: im Mund oder im Ohr

**Häufige Ursachen:** Virusinfekt

**Lösung:** Ab einer Temperatur von 39,0°C Fieber senken.

**Wann zum Arzt?**

- Bei anhaltendem Fieber (länger als 3 Tage) oder Kinder unter 3 Monate
- Bei Verschlechterung des Allgemeinzustands
- Nackensteifigkeit/Hauteinblutungen

**→ Wichtig: Bei Säuglingen, die in den ersten 3 Monaten eine Temperatur von 38,5°C haben, umgehend beim Kinderarzt vorstellen. ←**

**Husten:**

**Häufige Ursache:** Virusinfekt, verstopfte Nase → Schleimproduktion zum Abtransport der Erreger

**Lösung:** - 3x tgl. Nasentropfen anwenden,

- auf hohe Trinkmenge achten
- Oberkörper hochlagern, kühles Schlafzimmer

**Wann zum Arzt?**

- Bei Beschwerden
- Atemnot oder rasselnden Atemgeräuschen
- Fieber

**Ohrenschmerzen:**

**Häufige Ursache:** verstopfte Nase, Viraler Infekt, Mittelohrentzündung

**Lösung:** - für 2-3 Tage 3x täglich Nasentropfen-/spray benutzen und 3x tgl. Ibuprofen (gegen die Entzündung) einnehmen.

- Zwiebelsäckchen

**Wann zum Arzt:**

- Bei anhaltenden Ohrenschmerzen länger als 2 Tage
- Fieber
- Flüssigkeit aus dem Ohr
- Schwellung hinter dem Ohr

**Halsschmerzen:**

**Ursache:** Virusinfekt, Verstopfte Nase/Atmung durch den Mund.

**Lösung:** - 3x tgl. Nasentropfen anwenden bei Bedarf Schmerzmittel nehmen.

- Halswickel
- mit Salbeitee gurgeln

**Wann zum Arzt:**

- Bei Fieber länger als 2 Tage
- Hautausschlag oder
- Anhaltenden Schmerzen

**Durchfall/Erbrechen:**

**Ursache:** in der Regel Virusinfekt

**Lösung:** Schonkost (keine fettige Nahrung und möglichst keine Milchprodukte), trinken nur in kleinen Mengen (z.B. über einen Esslöffel), kühle Flüssigkeit

**Wann zum Arzt:**

- Bei durchgehendem/anhaltendem Erbrechen oder Durchfall
- Fieber
- Bei unstillbarem Erbrechen (d.h. nach jeder Flüssigkeitsaufnahme erbrechen)
- Verschlechterung des Allgemeinzustands.

**→ Bei Fragen oder Unsicherheiten dürfen Sie uns natürlich immer telefonisch kontaktieren ←**