



01.08.2016 17:00 CEST

Erkältungskrankheiten bei Kindern: Bettruhe und viel trinken

(August 2016) Geschniefet und gehustet wird immer, gerade in Familien mit kleineren Kindern. Besonders bei letzteren gesellt sich zum normalen grippalen Infekt nicht selten erhöhte Temperatur oder gar Fieber. Das ist in der Regel nicht dramatisch, so die SIGNAL IDUNA.

Kinder sind deutlich öfter erkältet als Erwachsene: Ihr Immunsystem ist noch nicht auf die vielen unterschiedlichen Viren eingestellt, die Erkältungskrankheiten verursachen. Erst, wenn der Körper Kontakt mit einem Erreger hatte, ist er im Immunsystem gespeichert, und die Immunabwehr kann das nächste Mal entsprechend reagieren.

Aber gegen Husten, Schnupfen, Heiserkeit helfen oft bereits altbewährte natürliche Hausmittel weiter. Die Palette reicht dabei von Holunderblüten über Zwiebelsaft und Salbeibonbons bis zu heißer Milch mit Honig. Wichtig ist darüber hinaus: viel trinken. Ist eine Erkältung nach ein paar Tagen nicht deutlich besser geworden oder leidet das Kind dabei unter Atembeschwerden oder Schmerzen, ist dies ein Fall für den Kinderarzt.

Sollte das Kind neben der Erkältung fiebern, heißt es, das Fieber im Auge zu behalten und regelmäßig zu messen. Fieber ist ein wichtiger Teil der körperlichen Immunabwehr, um eine Infektion aus eigener Kraft in den Griff zu bekommen. Daher sollte man bei Körpertemperaturen unter 39 °C nur in Ausnahmefällen zu fiebersenkenden Maßnahmen greifen. Dafür bieten sich beispielsweise lauwarme Wadenwickel an – allerdings nur, wenn auch Arme und Beine warm sind – oder Fiebersenker auf Ibuprofen- oder Paracetamolbasis. Diese gibt es als Saft oder Zäpfchen in der Apotheke. Hier empfiehlt die SIGNAL IDUNA, sich genau an die Hinweise auf den Beipackzetteln zu halten. Bei hohem Fieber, ab 39 °C, oder wenn die verabreichten fiebersenkenden Mittel nicht anschlagen, sollte unbedingt ein Kinderarzt aufgesucht werden. Gleiches gilt, wenn das Fieber länger als zwei Tage anhält.

Wie bei einer fieberlosen Erkältung sollte das Kind jetzt viel trinken. Bei Fieber ist zudem Bettruhe angezeigt. Die Kleinen „fit zu dopen“ für KITA oder Schule ist ein No Go, warnt die SIGNAL IDUNA.

Bleibt noch die Frage, wo man Fieber am zuverlässigsten misst. Am genauesten sind Messungen im Mund oder Po. in der Achselhöhle oder im Ohr liegen Messungen ungefähr einen halben Grad unter der tatsächlichen Körpertemperatur. Ursache dafür ist der Wärmeschutz der Haut.

Die SIGNAL IDUNA Gruppe geht zurück auf kleine Krankenunterstützungskassen, die Handwerker und Gewerbetreibende vor über 100 Jahren in Dortmund und Hamburg gegründet hatten. Heute hält die SIGNAL IDUNA das gesamte Spektrum an Versicherungs- und Finanzdienstleistungen für alle Zielgruppen bereit.

Der Gleichordnungskonzern betreut mehr als zwölf Millionen Kunden und Verträge und erzielt Beitragseinnahmen in Höhe von rund sechs Milliarden Euro.

Weitere Informationen zur SIGNAL IDUNA Gruppe finden Sie auf
www.signal-iduna.de

Kontaktpersonen



Claus Rehse

Pressekontakt

Pressereferent

stv. Pressesprecher Unfall- und Sachversicherungen

claus.rehse@signal-iduna.de

0231 135-4245