

## Leitfaden Praxisbesuch

### Was zählt zu normalen Infektsymptomen, die in der Regel nicht abklärungsbedürftig sind

Erkältung:	Husten, Schnupfen, Fieber, gerötete Augen, Krankheitsgefühl
Magen-Darminfektionen:	(Erbrechen mit) Durchfall
Weitere Virusinfektionen:	Ausschlag am Oberkörper/um den Mund/Hände/Füße

### Wann sollte ich das Kind anschauen lassen

- Wenn Sie sich große Sorgen machen
- Wenn das Fieber länger als 5 Tage dauert
- Bei Fieber und Alter < 3 Monate bitte immer, auch nachts (Kinderklinik)
- Wenn die Trinkmenge so abnimmt, dass z.B. tagsüber keine Windeln mehr nass sind
- Husten mit Luftnot und/oder angestrebter Atmung
- Ausschlag, der fleckig an den Unterschenkeln auftritt
- Bauchschmerzen ohne Magen-/Darmsymptome aber mit Fieber, insbesondere Schmerzen im rechten Unterbauch
- Wenn die geröteten Augen innerhalb von 3 Tagen deutlich schlechter werden mit zunehmender Schwellung und Sekretion

### Bindehautentzündung

Eine Bindehautentzündung muss in der Regel nicht behandelt werden, es reicht, die Augen mit abgekochtem Wasser von außen nach innen zu säubern (es sei denn s.o.).

### Streptokokken

Streptokokken müssen nur behandelt werden, wenn es Ihrem Kind schlecht geht (s.o.) und sie mit den üblichen Maßnahmen (s.u.) nicht mehr zurechtkommen. Früher dachte man, Streptokokken müssen immer behandelt werden, um Spätfolgen zu vermeiden. **DIESE ZEIT IST VORBEI** (im Übrigen genauso wie bei Mittelohrentzündung oder Bindehautentzündung, man behandelt nur noch die Schwere der Infektion, nicht mehr den Erreger oder die Erkrankung).

## Therapeutische Basics

Trinken, Trinken, Trinken, der Flüssigkeitshaushalt während des Infekts ist der wichtigste Parameter, damit ein Kind den Infekt gut übersteht.

Fieber ist etwas GUTES, Fieber hilft unserem Körper, den Infekt zu bekämpfen. Medikamentös gesenkt werden sollte es nur, wenn es dem Kind so schlecht geht, dass es z.B. nicht mehr Trinken kann (s.o.).

Trinken, Trinken, Trinken... (im Infekt ist nochmal mehr Stillen erlaubt 😊)

Nasenspray sollte zurückhaltend verwendet werden, da sonst ein Gewöhnungseffekt eintritt und die Nasenschleimhaut als Schutzbarriere zerstört wird (wenn dann nur zur Nacht und nicht länger als 5 Tage).

Trinken, Trinken, Trinken... (im Infekt ist auch mal Saft und Tee erlaubt 😊)

Antibiotika sollten nur im absoluten Ausnahmefall verwendet werden, damit sie, wenn es wirklich notwendig ist (also schwere Erkrankung) auch wirken.

Trinken, Trinken, Trinken...

Bei Magen-/Darminfekten initial löffelchenweise Flüssigkeit, z.B. Tee/ORS (Orale Rehydratationslösung: 170 ml Orangensaft + 170 ml Mineralwasser + ¼ Teelöffel Salz + 2 ½ Teelöffel Zucker), Stillen ist natürlich weiterhin erlaubt, wenn die Phase des Erbrechens vorbei ist, die verlorene Flüssigkeit zurückgeben und Schonkost.

## Was bringt nichts:

Hustensaft

Dr. Google

Hinweisschilder, was aktuell in der Krippe/Kindergarten „rumgeht“