

# Fieber

## bei Erwachsenen



Fieber ist eine natürliche Reaktion des Immunsystems um Krankheitserreger abzuwehren. In der Regel verläuft es in drei Phasen und vergeht nach 2-3 Tagen wieder von selbst.

### Wann spricht man von Fieber?

- 37,5 – 38,0°C = Leicht erhöhte Körpertemperatur
- 38,1 – 38,5°C = Leichtes Fieber
- 38,6 – 39,0°C = Mäßiges Fieber
- 39,1 – 39,9°C = Hohes Fieber
- 40,0 – 42,0°C = Sehr hohes Fieber

### Fieberphasen und was Sie selbst zur Linderung von Fieber tun können.

Fieber verläuft meist in drei Phasen und kann wenige Stunden bis zu einigen Tagen andauern.

**1) Fieberanstieg:** Das Fieber steigt bis zu einer bestimmten Temperatur an.

- Häufige Symptome: Frösteln, Schüttelfrost sowie kalte und blasse Haut.
- Maßnahmen: Bei Kältegefühl soll der Körper warm gehalten werden z.B. durch warme Raumtemperaturen, zudecken, warme Kleidung und heiße Getränke.

**2) Fieberhöhe:** Die erreichte Temperatur wird gehalten.

- Häufige Symptome: Heiße, stark gerötete, trockene Haut und glasige Augen, sowie Gliederschmerzen, Kopfschmerzen und Appetitlosigkeit.
- Maßnahmen: Bei starkem Hitzegefühl helfen lockere Kleidung, Decken entfernen, kühle Getränke, Raumtemperatur senken, Frischluftzufuhr ermöglichen aber Zugluft vermeiden. Handwarme Wadenwickel oder Essigsocken haben eine fiebersenkende Wirkung (Anwendung für max.10-20 Minuten).

**3) Fieberabfall:** Das Fieber sinkt wieder auf Normaltemperatur zurück.

- Häufige Symptome: Heiße und schweißige Haut sowie Schwitzen.
- Maßnahmen: Bettwäsche und Kleidung bei Bedarf wechseln, kühle bzw. handwarme Waschung, Haut gut abtrocknen.

#### Allgemein gilt:

- Trinken Sie ausreichend (1,5-2 Liter am Tag).
- Halten Sie Bettruhe und versuchen Sie viel zu schlafen.
- Bei hohem Fieber können Medikamente helfen die Körpertemperatur zu senken. Die Einnahme von fiebersenkenden oder schmerzlindernden Arzneimitteln sollte immer in Absprache mit einer Hausärztin/einem Hausarzt erfolgen.

#### Ihre Hausarzt-Ordination hat gerade geschlossen?

In der Regel genügt es, wenn Sie am nächsten Ordinationstag anrufen.

**Sind Sie unsicher? Dann rufen Sie 1450, die telefonische Gesundheitsberatung.**

Mehr Infos und Quellen finden Sie auf [www.wobinichrichtig.at](http://www.wobinichrichtig.at).



**GESUND  
WERDEN.**  
Wo bin ich  
richtig?

## Wann ist medizinischer Rat einzuholen?

Wenden Sie sich in folgenden Fällen an eine Hausärztin/einen Hausarzt:

- Bei sehr hohem Fieber.
- Bei Fieber, das länger als drei Tage anhält.
- Bei Fieber, das schubweise und wiederholt auftritt.
- Bei Fieber, das trotz fiebersenkenden Maßnahmen nicht sinkt.

## Wann ist sofort medizinischer Rat einzuholen?

Suchen Sie umgehend medizinische Hilfe auf bei:

Fieber UND:

- veränderter Bewusstseinslage.
- einem steifen Nacken.
- auftretenden Hautausschlägen.
- Herzrasen.
- Kurzatmigkeit oder Atemnot.

### Ihre Hausarzt-Ordination hat gerade geschlossen?

In der Regel genügt es, wenn Sie am nächsten Ordinationstag anrufen.

**Sind Sie unsicher? Dann rufen Sie 1450, die telefonische Gesundheitsberatung.**

Mehr Infos und Quellen finden Sie auf [www.wobinichrichtig.at](http://www.wobinichrichtig.at).



**GESUND  
WERDEN.**  
Wo bin ich  
richtig?