

## Elternratgeber

# akute Erkrankungen - Notfallpraxis

Liebe Eltern,

wie es der Zufall so will, werden Kinder leider oft ausgerechnet gerade nachts, am Wochenende oder an einem Feiertag krank.

Und dann stellt sich natürlich die Frage, ob man nun gleich zum Arzt gehen muss oder bis zum nächsten Werktag warten kann, und wo man denn nun den/die nächste(n) Kinder- und Jugendarzt/ärztin finden kann.

Mit diesem Elternratgeber wollen wir Ihnen ein paar Hilfestellungen dazu geben.

### **Wann muss ich gleich zum Arzt gehen?**

Natürlich kann man in so einem kurzen Elternratgeber nicht alle möglichen Krankheitsbilder besprechen. Ganz generell sollten Sie mit Ihrem kranken Kind eher gleich zum Arzt gehen,

- wenn Ihr Kind noch sehr jung ist. Unter 3 Monaten immer, mit 3-6 Monaten sehr großzügig.
- wenn Ihr Kind kaum noch trinkt und pinkelt, bzw. die Windel auffallend trocken ist.
- wenn es Ihrem Kind mit oder ohne Fieber-Schmerzmittel nicht mal stundenweise gut geht, es dauernd schreit oder ganz schläfrig oder kaum aufzuwecken ist.
- wenn Ihr Kind zusätzlich zum Fieber noch andere Beschwerden hat, wie starke Kopfschmerzen, starke Bauchschmerzen, wiederholtes Erbrechen, Schreckhaftigkeit, oder es dabei einen frischen Hautausschlag hat, oder das Fieber schon länger als 3-4 Tage geht.
- wenn das Erbrechen länger als 24 Stunden geht oder das Kind dabei immer müder und schlapper wird und immer weniger trinkt und pinkelt.

- wenn Ihr Kind zusätzlich zum Husten noch andere Beschwerden hat wie z.B. pfeifende Atemgeräusche, Kurzatmigkeit, erschwerte Atmung oder anhaltendes Fieber.
- wenn Ihr Kind starke Bauchschmerzen immer am gleichen Ort hat, wegen den Bauchschmerzen nachts aufwacht oder keinen Stuhlgang machen kann.
- wenn Ihr Kind nach einem Sturz auf den Kopf bewusstlos war, auch Stunden später noch plötzlich müde wird, wiederholt erbricht, sich nicht an den Unfall erinnern kann, unsicher läuft, verwirrt ist oder starke Kopfschmerzen hat.
- wenn ein rotes Auge stark schmerzt oder die Rötung von einer Verletzung kommt, wenn Ihr Kind noch keine 4 Wochen alt ist oder wenn die Augenlider stark geschwollen oder schmerzhaft sind.
- Wenn es Ihrem Kind bei einem akuten Hausauschlag nicht gut geht, z.B. mit hohem Fieber, häufigem Erbrechen, Schläfrigkeit, oder starken Bauchschmerzen.

Wenn Sie stark beunruhigt sind und das Gefühl haben, Ihrem Kind geht es schlecht, dann gehen Sie im Zweifelsfall eher zum Arzt.

### **Wann muss ich nicht gleich zum Arzt gehen?**

Generell brauchen Sie auch nachts, am Wochenende, oder am Feiertag in der Regel nicht gleich zum Arzt gehen,

- wenn es Ihrem Kind trotz Fieber, Husten oder Bauchschmerzen zumindest stundenweise gut geht, es dann trinkt und auch etwas spielt.
- wenn der Husten sich schon gut löst und noch nicht länger als 2-3 Wochen geht und Ihr Kind ansonsten fit ist.

- wenn Erbrechen und Durchfall akut angefangen haben aber das Kind noch gut trinkt, etwas spielt und nur wenig Bauchschmerzen mit Unterbrechungen hat.
- wenn das Fieber immer für ein paar Stunden runtergeht und Ihr Kind dann wieder etwas trinkt und spielt. Essen ist nicht so wichtig.
- wenn Ihr Kind nach einem Sturz auf den Kopf anhaltend fit und munter ist und kein Erbrechen, Erinnerungslücken oder Kopfschmerzen hat.
- wenn die Augen nur verklebt sind ohne deutliche Rötung oder Schmerzen.
- wenn Ihr Kind eine Zecke hat oder Sie eine Zecke entfernt haben und es steckt noch ein Teil des Bisswerkzeugs der Zecke in der Haut.
- wenn Ihr Kind einen akuten Hautausschlag hat, es ihm aber dabei gut geht, dann reicht in aller Regel auch ein Arztbesuch am nächsten Werktag. Viele Kinder haben z.B. bei einem Infekt nach Abklingen des Fiebers für 1-2 Tage einen leichten Hautausschlag

### **Was kann ich zu Hause tun?**

Bei den meisten leichteren akuten Erkrankungen können Sie Ihr Kind auch erst einmal gut zu Hause behandeln. Dabei ist folgendes wichtig:

- Das Kind muss trinken! Essen ist nicht so wichtig. Bei Mund- oder Halsschmerzen oder auch bei Erbrechen und Übelkeit mögen viele Kinder lieber etwas Kaltes aus dem Kühlschrank trinken.
- Damit sich der Husten gut löst ist es zusätzlich auch wichtig, dass Ihr Kind gut durch die Nase atmen kann. Bei Bedarf geben Sie ein paar Tage abschwellende Nasentropfen.
- Bei Erbrechen und Durchfall soll Ihr Kind immer wieder kleine Mengen trinken, z.B. Tee oder Wasser mit etwas Traubenzucker oder Fruchtsaftschorle. Die meisten Kinder mögen und vertragen die Getränke dann am besten kalt aus dem Kühlschrank.
- Bei einem verklebten Auge waschen Sie das Verklebte mit Wasser aus und geben bei Bedarf abschwellende Nasentropfen, damit der Tränenabfluss in die Nase wieder funktioniert.
- Bei Fieber geben Sie bei Bedarf etwas zur Fiebersenkung, wenn das Kind müde und schlapp ist oder Kopfschmerzen und Gliederschmerzen

hat oder schlecht trinkt, und sorgen dafür, dass sich das Kind ausruhen kann und genug trinkt.

- Eine Zecke können Sie auch selber entfernen. Desinfizieren Sie anschließend die Bissstelle und beobachten Sie, ob sich um die Bissstelle nach 1-2 Wochen eine zunehmende Rötung entwickelt.
- Bei einem Hautausschlag ohne Beschwerden müssen Sie in der Regel gar nichts tun. Einfach beobachten und evtl. ein Foto machen, damit man später sehen kann, wie er sich entwickelt hat.

### **Wo finde ich nachts, am Wochenende oder am Feiertag einen Kinder- und Jugendarzt?**

Wenn Sie nachts, am Wochenende oder an einem Feiertag mit Ihrem Kind zu einem Arzt gehen müssen, sollte dies am besten ein(e) Kinder- und Jugendarzt/ärztin sein, vor allem, je jünger Ihr Kind ist.

Hier eine Übersicht, in welcher Notfallpraxis (NFP) Sie außerhalb der Praxisöffnungszeiten eine(n) Kinder- und Jugendarzt/ärztin finden können (Die NFP finden Sie beim jeweiligen Krankenhaus):

<b>Wann</b>	<b>Wo</b>	<b>Uhrzeit</b>
<b>Samstag</b>	NFP Aalen	9–20 Uhr
<b>Sonntag</b>	NFP Mutlangen	8–20 Uhr
<b>Feiertage</b>	NFP Mutlangen	8–20 Uhr
<b>Wochenenden + Feiertage Oktober - März</b>	NFP Heidenheim	10–16 Uhr

Außerhalb dieser Zeiten wenden Sie sich jederzeit an die Bereitschaftsdienstnummer Tel.: 116 117 oder gehen während der jeweiligen Öffnungszeiten zur entsprechenden allgemeinmedizinischen Notfallpraxis in Aalen, Mutlangen oder Heidenheim.

Wir hoffen, dass wir Ihnen mit diesem kurzen Ratgeber helfen konnten. Bei weiteren Fragen wenden Sie sich gerne an uns oder unsere Homepage [www.schmetzer-heising.de](http://www.schmetzer-heising.de). Dort können Sie diesen und andere Elternratgeber auch herunterladen.

Ihr Praxisteam.