

# Erkältung bei Ihrem Baby im ersten Lebensjahr – Was Sie wissen sollten

Erkältungen sind normal und stärken das Immunsystem.  
Mit der richtigen Pflege wird Ihr Kind meist schnell wieder gesund.



## Wann muss ich zum Kinderarzt?

### Bei Fieber gilt:

#### 0-3 Monate

Am selben Tag zum Arzt bei einmal über 38,5°C  
(Außerhalb der Sprechzeiten: ins Kinderkrankenhaus)

#### 3-6 Monate

Zum Arzt wenn zweimal am Tag über 38,5°C

#### 6-12 Monate

Zum Arzt bei zwei Tagen Fieber

### Auch zum Arzt bei:

- Schwerer Atmung oder pfeifenden Geräuschen
- Trinkverweigerung über mehrere Stunden oder trockener Windel für 24 Stunden
- Ungewöhnlicher Müdigkeit oder Teilnahmslosigkeit
- Bellenden Husten oder Atemnot

## Medikamente – Was hilft?

### Gegen Fieber und Schmerzen:

- **Dafalgan Zäpfchen:** Nach Packungsbeilage dosieren (10-15 mg/Kg). Alle 6-8 Stunden möglich.
- **Algifor Saft:** Als Alternative zu Dafalgan. Nicht gleichzeitig geben. (10 mg/Kg pro Einzeldosis)



### Für die verstopfte Nase:

- **Physiodose (Kochsalzlösung):** Mehrmals täglich 1-5 Tropfen in jedes Nasenloch
- **Nasivin Baby:** Erst ab 8 Monaten! Maximal 3x täglich, höchstens 5 Tage. Sparsam einsetzen, ggf nur nachts.



## Praktische Tipps für zu Hause



- **Viel trinken:** Bieten Sie oft Muttermilch, Fläschchen oder Wasser an
- **Luft befeuchten:** Feuchte Tücher im Zimmer aufhängen
- **Oberkörper hochlagern:** Kissen unter die Matratze legen

- **Frische Luft:** Regelmässig lüften, Raumtemperatur 18-20°C
- **Ruhe:** Ihr Baby braucht jetzt viel Schlaf
- **Nase säubern:** Vor dem Trinken mit Kochsalzlösung spülen (Trinken mit verstopfter Nase geht für Babys kaum)



## Fieber messen – So geht's richtig

Am genauesten ist die Messung im Po. Thermometer mit etwas Creme einführen. Ab 38,5°C hat Ihr Baby Fieber.



## Wichtig zu wissen



[deingesundeskind.ch](http://deingesundeskind.ch)



- Antibiotika helfen nicht bei normalen Erkältungen
- Husten kann bis zu 3 Wochen dauern
- Bei Unsicherheit lieber einmal zu oft zum Arzt