

Mettauertal, den 03.06.2019

Infekte, Kinderkrankheiten, Rekonvaleszenz und empfohlene Erholungszeiten und Schutz der Anderen

In den ersten 6 Lebensmonaten sind Säuglinge durch die erworbene Immunität über die Mutter via Nabelschnur von den meisten Infekten geschützt.

Prinzipiell gibt es virale Infekte, die knapp 90 % aller Infektionen darstellen und bakterielle Infekte, die nur einen kleinen Teil ausmachen; und nur diese kleine Gruppe wird mit Antibiotika behandelt.

Kleinkinder und Schulkinder haben zwischen dem zweiten und zwölften Lebensjahr im Schnitt knapp 12 Infektionen pro Jahr (überwiegend virale Infekte); haben Sie also drei Kinder, ist praktisch immer eins krank. Dies ist übrigens enorm wichtig für die Ausbildung eines gesunden Immunsystems.

Ganz wichtig sind die regelmässigen Impfungen zum individuellen Schutz aber auch zum Wohle der Allgemeinheit. Für die empfohlenen Impfungen gibt es ein Schema. Die Impfungen beginnen im Säuglingsalter und reichen bis in die Adoleszenz (und müssen im Alter natürlich aufgefrischt werden). Wegen mangelndem Masernschutz sterben nach wie vor Kinder und ganze Schulen müssen temporär geschlossen werden.

Bei einer Erkrankung ist es wichtig, je nach Krankheit eine angemessene Zeit zu Hause zu bleiben. Diese Tage dienen dem kranken Kind einerseits zur Erholung, andererseits schützt es damit andere Menschen vor der Ansteckungsgefahr, denn: Viele Krankheiten sind vor und auch noch einige Zeit nach Ausbruch der Symptome ansteckend.

Einzelne wichtige „Kinderkrankheiten“ (auch Erwachsene können sich anstecken)

Erkältung

Schulbesuch:

Bei banalen Virusinfekten der oberen Atemwege, der gewöhnlichen Erkältung („common cold“) sollten die Kinder für zwei bis drei Tage zu Hause bleiben, um sich zu erholen und die Ansteckungsgefahr für die anderen zu minimieren.

Husten

Für Husten gibt es vielerlei Ursachen, meistens liegt ein viraler Infekt der oberen Atemwege zu Grunde, selten in knapp 10 % der Fälle ein bakterieller Infekt, darunter auch der Keuchhusten (siehe unten). Alle Infektionen sind sehr ansteckend und werden als Tröpfcheninfektion weitergegeben. Eine Abklärung beim Kinder- oder Hausarzt ist immer empfehlenswert.

Schulbesuch:

Ca. 3 Tage nach Abklingen der Beschwerden.

Grippe

Die richtige Grippe, auch Influenza genannt, ist ein schwerer Virusinfekt, welcher bis 14 Tage anhalten kann. Gekennzeichnet durch Fieber bis 39 Grad, Reizung der oberen Atemwege und ausgeprägten Gliederschmerzen. Jedes Jahr ist eine saisonale Grippeimpfung beim Hausarzt möglich.

Die banale Erkältung wurde schon oben beschrieben.

Schulbesuch:

Nach der schweren Virusgrippe erst nach 1 Woche sinnvoll.

Magen-Darm-Grippe

Ein Infekt des Verdauungssystems geht einher mit Übelkeit, zum Teil Erbrechen und praktisch immer mit wässrigem Durchfall. Durchfall bedeutet mindestens drei flüssige Stühle am Tag. Ursache können verdorbene Lebensmittel oder eine Ansteckung durch eine andere Person sein. Es gibt Virusinfekte (z.B. Noro- oder Rotavirus) oder bakterielle Infekte, z.B. Salmonellen oder Campylobacter (der häufigste bakterielle Durchfallkeim der Schweiz, durch Poulet übertragen).

Ganz wichtig ist körperliche Ruhe, ausreichend Flüssigkeit und gründliche Hygiene; die meisten Infektionen sind selbstlimitierend. Über Stuhlproben kann der Keim identifiziert werden.

Schulbesuch:

Nach Abklingen der Beschwerden und Ende des Durchfalls 3 Tage später.

Masern

Eine hochansteckende, virale Erkrankung, die durch Tröpfcheninfektion übertragen wird. Heutzutage erkranken vor allem nicht geimpfte Jugendliche und Erwachsene. Hohes Fieber bis 41 Grad, typischer Hautausschlag, Ausschlag im Mund. Symptomatische Behandlung, Ruhe, Impfung.

Schulbesuch:

Erst wieder mindestens 1 Woche nach Abklingen des Fiebers und Nachlassen des Hautausschlags.

Röteln

Ansteckende Viruserkrankung mit ~~blass-rot~~ ~~Exanthem~~ (Hautausschlag) über meist 3 Tage, mässigem Fieber und gesamt eher guter Prognose. Nicht so vielen Komplikationen wie bei den Masern. Die Röteln können während einer Schwangerschaft sehr gefährlich für das ungeborene Kind sein. Kombinationsimpfung mit Masern und Mumpf.

Schulbesuch:

Ca. 1 Woche nach dem Hautausschlag können Gemeinschaftseinrichtungen wieder besucht werden.

Mumps

Eine ansteckende Viruserkrankung, mässig fieberhaft, ein oder beidseitige Schwellung vor oder unter dem Ohr, „Ziegenpeter“. Komplikationen sind selten. Lebenslange Immunität nach Erkrankung. Gehört auch zum „Impfpaket“ mit Masern und Röteln.

Schulbesuch:

Frühestens 9 Tage nach Auftreten der Drüenschwellung.

Windpocken

Komplexer bunter Ausschlag vereinzelt oder am ganzen Körper, „Sternenhimmel“, Bläschen, Pusteln und am Ende Verkrustung, starker Juckreiz; starke Ansteckungsgefahr. Die Erkrankung kann schon zwei Tage vor Ausbruch des Ausschlags ansteckend sein. Nach einmaliger Erkrankung besteht lebenslange Immunität, Wiederausbruch als Gürtelrose möglich. Auch die Windpocken können geimpft werden.

Schulbesuch:

Die Kinder dürfen bei Verkrustung bzw. Schorfabfall wieder zur Schule.

Scharlach, Streptokokken-A-Angina

Hochfieberhafte, bakterielle Erkrankung, hohe Ansteckungsgefahr, aber nicht jeder entwickelt eine Scharlacherkrankung. Viele haben Streptokokken in ihrer normalen Rachenflora. Hohes Fieber bis 41 Grad, Entzündung im Mund- und Rachenraum, „Himbeerzunge“, blasses Munddreieck; im Verlauf dann Ausschlag anfangs an den Armen und Leisten, sich dann über den ganzen Körper verteilend. Therapie mit Penicillinantibiotika (bei bekannter Allergie mit antibiotischen Alternativen), hierunter schnelle Besserung. Angehörige mit Rachensymptomen sollen ebenfalls antibiotisch behandelt werden.

Schulbesuch:

Nach drei Tagen zuverlässiger Antibiotikatherapie dürfen Kinder wieder in Gemeinschaftseinrichtungen (ich persönlich würde die Kinder eine Woche ausruhen und zu Hause lassen); ohne Antibiose dürfen die Kinder erst in drei Wochen wieder in die Schule.

Keuchhusten

Eine bakterielle Infektion der oberen Atemwege; krampfartiger bellender Husten, der über Wochen anhalten kann, meist nur anfangs geringe Temperatur. Betroffen können auch Erwachsene und z.B. auch die Grosseltern sein, „Oma-Husten“. Die Behandlung erfolgt mit Antibiotika. Keuchhusten (Pertussis) gehört zu den Basisimpfungen.

Schulbesuch:

In Gemeinschaftseinrichtungen kann nach zuverlässiger antibiotischer Therapie nach 5 Tagen gegangen werden; ohne Antibiotika erst nach drei Wochen.

Dreitagesfieber

Überwiegend im Kleinkindalter, durch Herpesviren verursacht; plötzliches über drei Tage anhaltendes hohes Fieber, direkt im Anschluss bildet sich ein flüchtiger Ganzkörperausschlag. Nach wenigen Tagen klingt die Infektion komplett ab.

Schulbesuch:

Nach Verschwinden des Hautausschlags sollten die Kinder noch 5 Tage zu Hause bleiben.

Hand-Fuss-Mund-Krankheit

Eine hochansteckende, virale Infektionskrankheit mit Ausschlägen von schmerzhaften Bläschen an den Händen, Füßen und um den Mund herum; heilt spontan ab.

Schulbesuch:

Die Kinder sollen mindestens 5 Tage nach Abheilen der Bläschen zu Hause bleiben.

Die oben genannten Empfehlungen entsprechen der internationalen Lehrmeinung und dienen dem Schutz Ihres Kindes und dem Allgemeinwohl. Prinzipiell werden Sie von Ihrem Kinderarzt oder Ihrem Hausarzt bei jeder Erkrankung entsprechend instruiert.

Mit freundlichen Grüßen

Dr. Erik Hartenburg

Praxis Dr. med. Erik Hartenburg
Schularzt Schule Mettauertal
Hauptstrasse 161
5274 Mettau
Tel. 062 875 22 22