



kwaliteitskeurmerk voor onze Kinderafdeling,
in december 2008 door het Ruwaard van Putten
Ziekenhuis ontvangen.

KOORTS BIJ KINDEREN

In deze folder geeft het Ruwaard van Putten Ziekenhuis u algemene informatie over koorts bij kinderen. Leest u deze informatie zorgvuldig. Indien voor u en/of uw kind van toepassing zullen aanvullingen en/of wijzigingen op deze algemene informatie altijd door uw behandelend arts aan u en/of uw kind worden meegedeeld.



Wat is koorts

Koorts is een verhoging van de lichaamstemperatuur. Normaal ligt deze temperatuur tussen de 36,5 en 37,5 °C. We spreken van koorts als de lichaamstemperatuur hoger is dan 38 °C.

Koorts herkennen

De meeste ouders herkennen koorts bij hun kind doordat het kind warmer aanvoelt dan anders. Ervaren ouders kunnen soms alleen al door te voelen de temperatuur van hun kind redelijk goed inschatten. Als de koorts snel oploopt, kan het kind gaan rillen. Het kind heeft het dan erg koud en de huid ziet bleek. Bij afzakkende koorts gebeurt doorgaans het tegenovergestelde. Het kind heeft het warm en gaat zweten. Bij kinderen kan de koorts snel oplopen tot ruim 40 °C. Dat is niet abnormaal.

Deze tekenen van temperatuursveranderingen zijn onschuldig en ontstaan doordat de thermostaat van het lichaam als het ware vooruitloopt op de werkelijke temperatuur.

Ruwaard van Putten Ziekenhuis
Ruwaard van Puttenweg 500
3201 GZ Spijkenisse

T 0181 65 88 88
E info@rpz.nl
I www.rpz.nl



Hoe uw kind reageert op koorts zegt meer over de ernst van de ziekte dan de precieze hoogte van de temperatuur zelf. Zolang uw kind voldoende drinkt en normaal reageert, is er geen reden tot bezorgdheid. Ook hangerigheid en veel slapen is normaal bij kinderen met koorts.

De temperatuur meten

Wanneer u denkt dat uw kind koorts heeft, meet u de temperatuur met een koortsthermometer. Er zijn verschillende thermometers te koop. Het meest betrouwbaar is de "gewone" thermometer waarmee u rectaal via de anus (poepgaatje) de temperatuur meet. Sommige jonge kinderen vinden dit onplezierig. Voor het inbrengen kunt u de punt van de thermometer insmeren met wat vaseline, waardoor het inbrengen makkelijker gaat.

Tegenwoordig worden elektronische thermometers verkocht. Deze werken goed. De glazen kwikthermometers zijn vanwege het milieu uit de handel genomen. Ook zijn oorthermometers te koop. **Deze zijn alleen betrouwbaar als ze worden gebruikt door mensen met ervaring. Oorthermometers zijn daarom niet zo maar aan te raden.??**

Het is van belang dat de thermometer voldoende tijd krijgt om de lichaamstempera-

tuur te meten. Zie de gebruiksaanwijzing voor verdere instructies.

Hoe ontstaat koorts

We spreken van koorts als de lichaamstemperatuur hoger is dan 38 °C. Koorts is een zinvolle reactie van het lichaam op virussen en bacteriën die het lichaam zijn binnengedrongen en een infectie veroorzaken. Het griepvirus en de verkoudheidsvirussen zijn hiervan de bekendste voorbeelden. Door de verhoging van de lichaamstemperatuur kunnen bacteriën en virussen gemakkelijker onschadelijk worden gemaakt.

Is koorts ernstig

Koorts op zichzelf is niet ernstig. Het is een teken dat ergens in het lichaam een infectie aanwezig is, die door de koorts wordt bestreden. Het is een zinvolle reactie van het lichaam.

Als uw kind de warmte goed kwijt kan (niet te veel dekens en niet warm inpakken/kleden!) loopt de temperatuur nooit hoger op dan 41,7 °C. Koorts brengt geen schade toe aan het lichaam en uw kind kan er niet aan overlijden.

Wanneer de koorts langer aanhoudt, bestaat de kans op uitdroging. Soms kan een koortsstuip optreden.



Uitdroging

Kleine kinderen met koorts verliezen meer vocht dan normaal en kunnen daardoor sneller uitdrogen. Het belangrijkste is dat uw kind goed blijft drinken. Desnoods biedt u het kind ook drinken aan tussen de normale voedingstijden in. Ook ijslollies, die voornamelijk bestaan uit water, vullen het vochtgehalte van uw kind goed aan. Deze gaan er zelfs bij zieke kinderen meestal goed in!

Wanneer uw kind aanmerkelijk minder drinkt dan normaal, bestaat kans op uitdroging. Kinderen met koorts die daarnaast ook spugen of diarree hebben, verliezen nog eens extra vocht en hebben een nog grotere kans uit te drogen. Ook als uw kind goed drinkt, is het belangrijk dat u kijkt naar tekenen van uitdroging. "Droge" luiers bijvoorbeeld kunnen een teken van uitdroging zijn.

Alarmsymptomen

De ernst van de koorts wordt niet bepaald door de koorts zelf, maar door de infectie die de oorzaak is van de koorts. Meestal is dit een onschuldige virusinfectie zoals griep of een verkoudheid. In een enkel geval is sprake van een ernstige infectie die door de huisarts of specialist behandeld moet worden. Een ernstige infectie kenmerkt zich door alarmsymptomen. Als u bij uw kind

één van de volgende alarmsymptomen herkent, raden wij u aan direct contact op te nemen met de (dienstdoende) huisarts voor overleg.

- Uw kind is suf en reageert niet meer goed op de omgeving.
- Uw kind is zwak, huult kreunend en is niet goed troostbaar.
- Uw kind is benauwd.
- Uw kind heeft vlekjes of huidbloedinkjes en ziet er erg ziek uit.
- Uw kind heeft veel pijn als u bij het verschonen de beentjes omhoog tilt.
- Uw kind is jonger dan 60 dagen en heeft langer dan 1 dag een temperatuur van 38 °C of hoger.

Deze symptomen wijzen mogelijk op een ernstige infectie. Het is belangrijk dat u snel contact opneemt met de (dienstdoende) huisarts voor overleg.



Koortsstuip

Een koortsstuip is een tijdelijke ontregeling van de hersenen tijdens koorts, vrijwel altijd in de periode dat de koorts snel oploopt. Hierdoor reageert het kind niet meer normaal. Dit is te zien doordat het kind heel stijf of juist heel slap wordt, soms gevolgd door schokken in armen of benen. Twee tot drie procent van alle kinderen krijgt er last van. Kinderen tussen zes maanden en vier jaar oud zijn het meest vatbaar voor koortsstuipen, met name tussen de anderhalf en twee jaar.

Verschijnselen

Een koortsstuip lijkt op een aanval van vallende ziekte (epilepsie) en ontstaat meestal wanneer een kind net ziek is geworden. In het begin van een ziekte loopt de temperatuur namelijk snel op. Koortsstuipen kunnen vanaf een temperatuur van 38,5 °C ontstaan. Opeens reageert het kind dan niet meer normaal en wordt vaak helemaal stijf of slap. Ook kunnen schokken van armen en benen voorkomen. Meestal aan twee armen en benen tegelijk, soms aan één kant van het lichaam. Het kind kan vreemd ademen of juist zijn adem inhouden. Hierdoor kan het kind blauw zien. Soms wordt de plas niet meer opgehouden of komt er slijm uit de mond. Sommige kinderen worden tijdens een koortsstuip alleen maar slap en

hebben geen last van schokken. Zelden duurt een aanval langer dan een paar minuten. Na een aanval kan het kind nog enige tijd huilen en onrustig zijn, waarna het kind vaak in slaap valt. Wanneer het kind wakker wordt, reageert het eerst soms nog wat slaperig, maar al snel weer normaal. Dit duurt meestal 15 tot 30 minuten.

Oorzaken

De meeste gevallen van koortsstuipen doen zich voor bij infecties van de bovenste luchtwegen, veroorzaakt door (bijna altijd onschuldige) virussen. Bij zo'n verkoudheid, keel- of oorontsteking ontstaat bij kleine kinderen vaak snel oplopende koorts. Door de koorts wordt de lichaamstemperatuur hoger. Dit is een reactie van het lichaam om de ziekteverwekker te bestrijden.

De hersenen kunnen echter niet goed tegen een te snel stijgende temperatuur en functioneren daardoor tijdelijk niet optimaal. De signalen die van de hersenen naar de spieren worden doorgegeven komen verkeerd over, waardoor stijfheid, schokken of juist verslapping van de spieren ontstaat. De hersenen passen zich vervolgens aan de verhoogde temperatuur aan waardoor de verschijnselen van de koortsstuip verdwijnen. Uw kind kan aanleg hebben voor koortsstuipen als deze in de familie voorkomen.



Gevolgen

Hoewel een koortsstuip er heel ernstig en akelig uitziet, gaat deze meestal vanzelf over. Het kind functioneert na de aanval en na de ziekte die de koorts veroorzaakte weer helemaal normaal. Meestal herhaalt een koortsstuip zich niet tijdens dezelfde ziekteperiode. Bij een nieuwe ziekteperiode met koorts kan een herhaling zich wel voordoen. Dit is bij één op de drie kinderen het geval. Meestal groeien kinderen er in de leeftijd van drie tot vijf jaar vanzelf overheen. Soms verwijst de huisarts een kind dat een koortsstuip heeft gehad naar het ziekenhuis. Met name als hij twijfelt of sprake is van hersenvliesontsteking als oorzaak van de koorts. Als de behandelend arts in het ziekenhuis ook denkt aan hersenvliesontsteking, zal een ruggenprik worden gedaan.

Contact opnemen met de huisarts

Het is verstandig contact op te nemen met uw huisarts als

- uw kind voor de eerste keer een koortsstuip heeft.
- uw kind nog geen half jaar is.
- uw kind ouder dan vijf jaar is.
- uw kind vaker een koortsstuip heeft gehad én de koortsstuip anders verloopt dan normaal.

- de koortsstuip zich herhaalt tijdens dezelfde ziekteperiode.
- sprake is van nekpijn en koorts.
- sprake is van een stuip zonder koorts.
- u ongerust bent.

Algemene adviezen en voorzorgsmaatregelen

Hoewel een koortsstuip er heel beangstigend uit kan zien, is het toch van belang zo rustig mogelijk te blijven.

- Leg uw kind stabiel op de zij.
- Houd gevaarlijke voorwerpen uit de buurt van uw kind.
- Probeer niets tussen de tanden te stoppen of armen en benen tegen te houden.
- Blijf bij uw kind en laat een ander de huisarts bellen.

Meestal houdt de aanval na enkele minuten op en valt het kind in slaap. Laat het dan lekker slapen. Afsponsen met water is niet nodig. ***Geef paracetamol alleen na overleg met de behandelend arts!***

Wanneer een kind eerder koortsstuipen heeft gehad, kan de behandelend arts een medicijn geven waarmee u zelf een koortsstuip kunt laten stoppen. Indien van toepassing zal de behandelend arts dit met u overleggen.



Geen spoed, wel afspraak huisarts

Soms is het goed om voor de zekerheid te overleggen met de huisarts. In onderstaande gevallen is geen sprake van spoed maar adviseren wij u een afspraak te maken op het spreekuur van uw huisarts.

- Uw kind is ouder dan 60 dagen en heeft langer dan 3 dagen een temperatuur van 38 °C of hoger.
- Uw kind jonger is dan twee jaar en lijkt last te hebben van de oren.
- Uw kind jonger is dan zes jaar en drinkt aanmerkelijk minder dan normaal.
- Uw kind krijgt opnieuw koorts na een paar dagen zonder koorts.

Deze symptomen wijzen mogelijk op bijzondere omstandigheden. Het is belangrijk dat uw kind gezien wordt door de huisarts, maar is geen spoedgeval.

Mocht uw kind andere symptomen vertonen die u niet vertrouwt of maakt u zich ongerust, neemt u dan ook contact op met uw huisarts. Een kind met koorts mag in de meeste gevallen worden vervoerd naar de praktijk van de huisarts.

Informatie verzamelen voor uw huisarts

De huisarts of assistente kan de situatie van uw kind het beste inschatten wanneer u zoveel mogelijk informatie geeft. Uw huis-

arts kan u vragen thuis bij te houden hoeveel vocht uw kind drinkt en bovendien hoeveel vocht uw kind verliest.

Enkele tips

- Met een maatbeker kunt u bepalen hoeveel er in een kopje of bekertje gaat en telt u het aantal kopjes of bekertjes.
- Kijk bij baby's en kleine kinderen goed naar de luierinhoud. Zijn de luiers nat? Heeft het kindje diarree? U kunt de luiers wegen en dit bijhouden om zo na te gaan hoeveel vocht er in zit.
- Ga bij zindelijke kinderen eens mee naar het toilet. Plast uw kind veel of weinig? En: hoe is de ontlasting? U kunt het beste even bijhouden hoe vaak uw kind plast of diarree heeft.

Verder onderzoek dan het bovenstaande is meestal niet nodig. Als een kind langer dan drie dagen koorts heeft en de huisarts kan de oorzaak niet ontdekken, wordt soms de urine onderzocht. Voor baby's zijn er speciale plakzakjes om de urine op te vangen. De assistente onderzoekt de urine met een teststick en eventueel onder de microscoop.

Wat kunt u er zelf aan doen

U kunt veel voor uw kind met koorts doen om het leed wat te verzachten en complicaties te voorkomen.



Rust

Een kind met koorts heeft behoefte aan rust. Het hoeft niet per se in bed te blijven, maar lekker thuis rondlopen in een pyjama is voor het kind erg prettig. Bezoek kunt u beter afzeggen. U kunt uw kind wat afleiden met rustige activiteiten zoals samen een spelletje doen of een boekje lezen.

Niet te warm aankleden of toedekken

Een kind met koorts moet zijn warmte kwijt kunnen. U kunt uw kind beter niet te dik toedekken als hij/zij gaat slapen. Het oude gezegde "Koorts moet je uitzweten" klopt niet en kan bij kinderen zelfs gevaarlijk zijn. Ook als uw kind naar buiten gaat, moet u het niet te warm aankleden. Zorg ook dat de kamer niet te warm is. Bij redelijk weer mag uw kind best naar buiten.

Pijnstilling en koortsverlaging

Koorts is een zinvolle reactie van het lichaam op een infectie. In de meeste gevallen zal de huisarts adviseren de koorts daarom niet te behandelen. Bij hele kleine kinderen en bij koorts boven 40 °C kan de huisarts paracetamol voorschrijven. De dosering paracetamol is afhankelijk van de leeftijd van uw kind en de toedieningsvorm.

Belangrijk is dat u voor gebruik de bijsluiter goed leest of advies vraagt bij de apotheek.

Het gebruik van aspirine of aanverwante producten wordt bij kinderen afgeraden.

Zetpillen hebben twee verschillende einden en lijken op een 'torpedo'. U dient de dikke kant met het puntje het eerste in de anus van het kind te duwen. Wanneer het eerste stukje naar binnen is, floept de zetpil vanzelf verder en kan dan niet meer terug. Een zetpil is gemaakt van vet, dat smelt bij lichaamstemperatuur. Tegelijkertijd wordt de paracetamol in het lichaam opgenomen.

Wat kunt u beter niet doen

Afsponsen

Het afsponsen van een kind met koorts of het aanbrengen van koude kompressen heeft geen nut.



Tot slot

Voor meer informatie over de rechten van Kind en Ouder in ziekenhuizen in het algemeen en in het Ruwaard van Putten Ziekenhuis in het bijzonder, verwijzen wij u naar de folder Kind in het Ruwaard van Putten Ziekenhuis. Deze kunt u o.a. vinden op onze website www.rpz.nl. Daar treft u tevens onder het kopje Patiënten/Kind en Ziekenhuis de button **JA Dokter NEE Dokter** met zeer nuttige informatie over dit onderwerp.

Mocht u na het lezen van deze algemene informatie nog vragen hebben, stelt u die dan gerust aan uw behandelend arts.

De medewerkers van de polikliniek Kinder-geneeskunde zijn op werkdagen tijdens kantooruren bereikbaar op telefoonnummer (0181) 65 83 48.

