

Elternbrief

Wenn das Kind mal krank ist

von Krisztina Gill, Schulgesundheitsfachkraft

Ruhe ist die beste Medizin

Wenn ein erwachsener Mensch krank ist, sehnt er nach Tagen der Ruhe und viel Schlaf.

Krankheiten gehören zum Leben einfach dazu, sowohl bei Erwachsenen als auch bei Kindern. Wenn Kinder und Jugendliche sich schlapp und müde fühlen, wenn es überall zwickt und weh tut, brauchen auch sie neben der ärztlichen Betreuung Zeit und Ruhe, um gesund zu werden. Das gilt für Erkältungen, eine Magen-Darm-Grippe, Bauchschmerzen oder auch bei Verletzungen.

Wenn das Kind krank ist, gehört es ins Bett. Natürlich ist die Bezugsperson enorm wichtig, die sich liebevoll kümmert und es gut versorgt.

Wann soll das Kind zu Hause bleiben?

Insbesondere bei Fieber über 38 Grad Celsius, Erbrechen oder Durchfall ist das Klassenzimmer der falsche Ort – zur eigenen Schonung und Rücksicht gegenüber der Mitschüler*innen.

Wie Sie Ihr Kind beim Gesundwerden unterstützen

- Neben einer guten medizinischen Versorgung braucht Ihr Kind Geborgenheit, Trost und Sicherheit.
- Viel Ruhe und möglichst wenig Medienkonsum sind wichtig!
- Ausreichend Schlaf und ein ruhiger Tagesablauf fördern die körperliche Erholung.
- Achten Sie darauf, dass Ihr Kind viel trinkt, vor allem bei Fieber.
- Rat holen: Ihre Ärztin/Ihr Arzt steht Ihnen beratend zur Seite.

Und wann geht es wieder in die Schule?

Sind die Lebensgeister des Kindes erneut erwacht, darf es wieder spielen und lernen. Ein wichtiges Indiz: Morgens und abends fieberfrei. Und keine Krankheitssymptome mehr.

Im Zweifel besprechen Sie das weitere Vorgehen immer mit Ihrem/r Kinderarzt/Kinderärztin oder gern mit mir als Ihre Schulgesundheitsfachkraft an der Otto-Tschirch-Oberschule



Krisztina Gill

Krisztina.gill@awo-potsdam.de

Mobil: 0160 94804143



Tipps zum Umgang mit kranken Kindern finden Eltern unter:

www.kindergesundheit-info.de/themen/krankes-kind/

www.kinderaerzte-im.netz.de/krankheiten/