

Wat is koorts?

Koorts is een natuurlijk signaal van het lichaam dat aangeeft dat er iets mis is. De verhoogde lichaamstemperatuur is een afweerreactie van het lichaam op ziekteverwekkers. U meet de temperatuur met een koortsthermometer. Het meest betrouwbaar is om de temperatuur rectaal (in de anus, poepgaatje) te meten. Een digitale thermometer moet 1 minuut in de anus zitten.

Wat zijn de klachten?

Normaal ligt de lichaamstemperatuur tussen de 36,5 en 37,5°C. Bij een temperatuur hoger dan 38°C spreken we van koorts. Als de lichaamstemperatuur aan het stijgen is, krijgt men het eerst koud, ziet bleek en wordt rillerig. Is er eenmaal koorts of daalt de temperatuur weer, dan kan men het warm krijgen en gaan zweten. Koorts op zichzelf is geen reden voor ongerustheid en hoeft meestal niet behandeld te worden.

Wat zijn mogelijke oorzaken?

In de meeste gevallen is koorts een reactie van uw lichaam op een infectieziekte. De veroorzakers is meestal een bacterie of een virus, zoals bij griep of verkoudheid. Het lichaam kan binnengedrongen bacteriën of virussen waarschijnlijk beter bestrijden bij een hogere lichaamstemperatuur. Zodra het lichaam de infectie de baas is, zal de koorts vanzelf verdwijnen.

Wanneer raadpleegt u in ieder geval uw huisarts?

Volwassenen:

- als de koorts langer dan 4 dagen hoger dan 38,5°C is;
- als u een stijve nek en pijn als u voorover buigt, zich suf voelt en gevoelig bent voor licht;
- als u de afgelopen periode in de tropen bent geweest;
- Als de koorts na een eerdere daling opnieuw stijgt.

Kinderen:

- als de koorts langer dan 2 dagen hoger dan 39,5°C is;
- als het kind suffig en verward is;
- als het kind braakt en diarree heeft;
- als het kind pijn heeft bij het voorover buigen van het hoofd en gevoelig is voor licht;
- als het kind hoest en snel en hijgend ademhaalt.

Baby's:

- bij een temperatuur hoger dan 39°C;
- als de baby jonger is dan 3 maanden;
- als de baby huilt en/of regelmatig aan een oor trekt;
- bij een gierende en/of overdreven snelle ademhaling;
- bij diarree;
- als de spieren van de baby verkrampen.

Wat kunt u er zelf aan doen?

- drink voldoende. Vooral kleine kinderen en ouderen kunnen door koorts uitdrogen;
- geef het lichaam de kans om de warmte kwijt te raken. Leg een kind niet onder veel dekens of een dik dekbed.

Gebruik van de Thermometer.

- Druk op de knop op de thermometer
- Er zal -L worden aangegeven en de thermometer is klaar om te gebruiken.
- Na 1 minuut is de meting klaar en zal er een signaaltje u waarschuwen.
- Maak na gebruik de thermometer schoon en druk op de knop om deze uit te zetten
- Berg vervolgens de thermometer weer op.