

# Welche Temperaturen sollten Notebook CPUs unter last haben?

**Beitrag von „Raptortosh“ vom 20. Juli 2021, 11:46**

Mein Notebook hat beim Spielen schon mal cpu Temperaturen bis über 90°C (Max-Temperatur laut GPU Z), die gpu hat aber lediglich ca. 70°C bzw. 80°C (Hotspot). Die Auslastung der CPU ist aber immer weit unter 100%, die GPU hat aber ca. 100% auslastung (und so 50 FPS).

Laut amd kann die CPU bis zu 105°C haben, also bin ich noch darunter. Ist diese hohe Temperatur aber gut für die CPU?

Ich spiele mit dem auch nur ein paar Stunden am Tag, also nicht so viel. Habe schon eine Unterlage ohne Lüfter, und denke daran, noch ein paar Lüfter extern für eine bessere kühlung sorgen zu lassen - ist das eine gute idee?

Ist diese Temperatur auf Dauer schlecht für die CPU?

Es handelt sich um meinen Ryzen 4800H, also 8 core CPU.