



Merkblatt zur Influenza („Grippe“) (Saisonale und auch neue Grippe (Schweinegrippe))

Erreger

— Die Influenza ist eine akute hoch ansteckende Atemwegsinfektion, die durch Influenzaviren übertragen wird.
Die Viren vermehren sich in den Zellen des gesamten Atemtraktes.

Übertragung

Beim Husten oder Niesen werden die Viren über Schleimtröpfchen ausgestoßen und durch Tröpfcheninfektion oder direkten Kontakt (z. B. Hände geben) weiter verbreitet. Je mehr Menschen eng zusammen kommen (Menschenansammlung, kleine Räume), desto günstiger sind die Bedingungen für die Ausbreitung der Influenza.

— Eine Ansteckungsfähigkeit beginnt bereits kurz (< 24 Stunden) vor Auftreten der klinischen Symptomatik und besteht danach gewöhnlich für 3–5 Tage. Kleine Kinder können Viren früher und für längere Zeit als Erwachsene ausscheiden.

Erkrankung

Nach der Infektion treten innerhalb von 24 bis 72 Stunden die ersten Krankheitszeichen auf. Charakteristisch ist ein **plötzlicher** Beginn mit:

- – hohem Fieber (> 38,5° C)
- schwerem Krankheitsgefühl
- trockenem Husten, Halsschmerzen
- Muskel-, Glieder-, Rücken- oder Kopfschmerzen.

Die Krankheit dauert bei komplikationslosem Verlauf 5 bis 7 Tage.

Bei gesundheitlich beeinträchtigten Personen ist aufgrund der verminderten Abwehrfunktion das Risiko einer bakteriellen Zusatzinfektion der durch das Influenza-Virus geschädigten Atemwegsschleimhaut besonders hoch. Als Komplikation kann eine Lungenentzündung (Pneumonie) auftreten.

Diagnose

Sowohl die Influenza, die "echte Grippe", als auch die banale Erkältung, häufig als "grippaler Infekt" bezeichnet, sind akute Atemwegserkrankungen. Es gibt jedoch deutliche Unterschiede zwischen beiden Krankheitsbildern: die Influenza beginnt plötzlich, verläuft schwerer und zieht den ganzen Körper in Mitleidenschaft.

Der Nachweis der Influenza -Viren erfolgt über einen Abstrich. Dabei werden vom Arzt Nasen- und /oder Rachenabstriche entnommen und diese an das Labor geschickt.



Behandlung

Generell gilt beim Auftreten von Infektzeichen:

- Bettruhe einhalten,
- körperliche Belastung vermeiden,
- viel Flüssigkeit trinken.

Schutzmaßnahmen

Folgende **allgemeine Hygieneregeln** im täglichen Umgang sollten beachtet werden:

- Händegeben sowie Anhusten oder Anniesen anderer Personen ist zu vermeiden.
- Nach Husten, Niesen und dem Naseputzen ist eine Händewaschung durchzuführen.
- Nach Möglichkeit sollten Einmaltaschentücher verwendet werden, die in einer flüssigkeitsdichten Plastiktüte gesammelt und hinterher verschlossen in den Hausmüll entsorgt werden.
- Ein unnötiges Berühren von Augen, Nase oder Mund sollte vermieden werden, da in diesen Schleimhautbereichen vermehrt Viren nachweisbar sind.
- Nach Personenkontakt (Händegeben), Benutzung von Sanitäreinrichtungen und vor dem Essen sind die Hände gründlich zu waschen, um eine Austrocknung der Haut zu vermeiden, ist auf eine ausreichende Hautpflege zu achten.
- Räume sollten regelmäßig intensiv belüftet werden.
- Der Kontakt zu möglichen erkrankten Personen ist zu vermeiden.
- Besonders zum Schutz von Säuglingen, Kindern, Personen mit chronischen Krankheiten und anderen Personen mit geschwächter Abwehrfunktion sollte eine Absonderung erkrankter Personen zumindest für die Dauer der Krankheit (ca. eine Woche) erfolgen und ist im Einzelfall mit dem behandelnden Arzt abzusprechen.
- Auf den Besuch von Gemeinschaftseinrichtungen wie Kindergärten sollte während der Zeit der Ansteckungsfähigkeit verzichtet werden.

Schutzimpfung

Von der Ständigen Impfkommission (STIKO) wird zum Schutz vor der Influenza eine jährliche Impfung empfohlen. Diese ist auf die aktuell vorkommenden (zirkulierenden) Virusstämme abgestimmt (A (H1N1-Schweinegrippe-), A (H3N2) und B). Sie ist die wirksamste Maßnahme, eine Erkrankung zu verhindern. Kinder, Jugendliche und Erwachsene mit erhöhter gesundheitlicher Gefährdung infolge eines Grundleidens wie Asthma bronchiale, chronische Bronchitis, chronische Herz-Kreislauf-erkrankungen oder Stoffwechselerkrankungen sollten vor Beginn der Grippezeit (Dezember bis März) geimpft sein. Eine Impfung ist jedoch auch später möglich, der Impfschutz setzt ca. 2 Wochen nach der Impfstoffgabe ein. Die Impfung wird vom Haus- oder Kinderarzt kostenlos durchgeführt.

Die Gemeinschaftseinrichtung sollte von den Eltern und Sorgeberechtigten darüber informiert werden, dass bei dem Kind eine meldepflichtige Erkrankung vorliegt, damit ggf. zusammen mit dem Gesundheitsamt Vorsorgemaßnahmen ergriffen werden können.

Mehr Infos unter :

☎ ☒ 235-8636
☎ ☒ 235-8637

Herr Klaußen Gesundheitsamt@Stadt-Oldenburg.de
Frau Möller Gesundheitsamt@Stadt-Oldenburg.de