



Grippe - die saisonale Influenza

Grippe (Influenza) ist eine der häufigsten Erkrankungen der Atemwege des Menschen. Die Infektion wird durch kleinste Tröpfchenmengen ausgelöst und ist hoch ansteckend. Grippe kann beim Sprechen, Niesen oder direkten Kontakt übertragen werden.

Influenza kann jeden treffen, auch völlig gesunde Menschen. Jedes Jahr erkranken allein in Deutschland pro Grippe-Saison – von Dezember bis April – Tausende Menschen an Influenza. Influenza-Viren schädigen die Schleimhaut der Atemwege und mindern die Abwehrkräfte, dadurch wird der Körper für lebensgefährliche Komplikationen anfällig. Grippe darf also nicht mit einer harmlosen Erkältung oder einem grippalen Infekt verwechselt werden. Denn trotz des rapiden Fortschritts der medizinischen und pharmazeutischen Forschung fordert diese schwere Infektionskrankheit nicht nur in der Vergangenheit, sondern auch heute noch jedes Jahr viele Menschenleben. Grippe ist die Infektionskrankheit an deren Folgen in Deutschland die meisten Menschen sterben.

Vorbeugende Schutzimpfung und frühzeitige Therapie

Die Hauptursache für diese Situation liegt darin, dass die derzeitigen Möglichkeiten der Vorsorge und Behandlung der Influenza zu wenig genutzt werden. Da die Influenza-Viren sich ständig verändern, hat der Körper auch nach einer durchgemachten Grippe keine spezifischen Abwehrkräfte gegen neue Virenvarianten entwickelt. Eine rechtzeitige jährliche Schutzimpfung, angepasst an die aktuell zirkulierenden Viren, und im Erkrankungsfalle eine frühzeitige Therapie, welche die Vermehrung der Viren im Körper stoppt, helfen, die gesundheitlichen Belastungen für den Einzelnen und die volkswirtschaftlichen Auswirkungen zu reduzieren. Die Grippe-Schutzimpfung ist von der Praxisgebühr befreit.

Die wichtigsten Fakten

- Grippe ist keine harmlose Erkältung, sondern eine schwere Erkrankung!
- Influenza überträgt sich rasend schnell! Schon beim Niesen oder Husten!
- Eine Grippe beeinflusst all ihre Lebensgewohnheiten!
- Eine Grippe bringt ernsthafte gesundheitliche Probleme mit sich!
- Gegen Influenza-Viren hilft kein Antibiotikum!
- Grippe lässt sich **nicht** mit gesunder Ernährung vorbeugen!
- Vor Influenza schützt Sie am besten eine Impfung!
- Bei ersten Grippe-Anzeichen gilt: sofort zum Arzt!



Neue Grippe, Influenza a H1N1, Schweinegrippe

Die neue Grippe, auch Schweinegrippe oder Neue Influenza genannt, wird durch das pandemische Influenzavirus A (H1N1) ausgelöst. Es handelt sich dabei um eine neue Variante eines bekannten Grippeerregers. Das Virus überträgt sich sehr gut von Mensch zu Mensch. Die meisten Menschen haben noch keine spezifischen Abwehrkräfte gegen das neue Virus entwickelt. Weltweit stecken sich sehr viele Personen an und erkranken. Man spricht daher von einer Pandemie.

Wie gefährlich ist die Neue Grippe?

Bislang verläuft die Krankheit meist relativ mild, aber es gab in besonders betroffenen Ländern auch schon schwere Verläufe und Todesfälle. Mit steigenden Erkrankungszahlen erhöht sich auch in Deutschland die Wahrscheinlichkeit schwerer Verläufe. Außerdem könnte sich die krankmachende Wirkung des Virus durch Veränderungen im Erbgut verstärken.

Wie erkennt man die Neue Grippe?

Die Symptome der Neuen Grippe ähneln denen einer saisonalen Grippe, die in jedem Winter auch in Deutschland vorkommt: sehr rasches Auftreten von Fieber, Husten, Kopf- und Gliederschmerzen, Müdigkeit, Appetitlosigkeit. Auch Übelkeit, Erbrechen und Durchfall können auftreten. Die Ansteckung erfolgt von Mensch zu Mensch über Tröpfcheninfektion. Das heißt, die Viren werden beim Niesen, Husten, Sprechen oder Küssen direkt übertragen. Virenhaltige Tröpfchen bleiben aber auch auf Oberflächen wie Türklinken und Ähnlichem haften und gelangen von dort über die Hände auf die Schleimhäute von Mund, Nase oder Augen. Die Inkubationszeit beträgt im Allgemeinen ein bis vier Tage, ähnlich wie bei der saisonalen Influenza.

Wer gehört zu den Risikogruppen?

Das Risiko eines schweren Krankheitsverlaufes ist vor allem bei Menschen mit chronischen Erkrankungen (z. B. Asthma, Diabetes mellitus usw.), Menschen mit einem geschwächten Immunsystem sowie bei Schwangeren besonders hoch.

Was tun im Krankheitsfall?

Wenn Sie den Verdacht haben, an H1N1 erkrankt zu sein, sollten Sie folgende Regeln beachten: Bleiben Sie zu Hause, um möglichst keine anderen Menschen anzustecken. Das gilt besonders dann, wenn Sie in Gemeinschaftseinrichtungen (z.B. Kindertagesstätten, Schulen) arbeiten oder schwer kranke oder immungeschwächte Menschen in Alten- und Pflegeheimen oder in Krankenhäusern betreuen.

Rufen Sie Ihren Arzt/Ihre Ärztin an und informieren Sie ihn/sie genau über Ihre Symptome. Vereinbaren Sie telefonisch das weitere Vorgehen.

Vermeiden Sie engen Kontakt mit anderen Menschen auf dem Weg in die Praxis.