

# Neue Influenza A / H1 N1

## Wichtige Informationen für erkrankte Schülerinnen und Schüler

Stand: August 2009

### Liebe Schülerin, lieber Schüler,

bei Dir sind heute deutliche Anzeichen einer Erkrankung aufgetreten, die möglicherweise auf eine Ansteckung mit der Neuen Influenza zurückzuführen sind. Zwar verläuft diese Neue Influenza meist sehr mild, aber dennoch kann die Krankheit bei bestimmten Personen schwere Komplikationen auslösen.

Dieser Begleitbrief soll Dich darüber informieren, wie Du Dich in den nächsten Tagen verhalten solltest. Bitte versuche gemeinsam mit Deinen Eltern möglichst schnell einen Termin bei Deiner Hausärztin bzw. Deinem Hausarzt zu bekommen, der Dich dann untersuchen und die weiteren Schritte zur Abklärung Deiner Erkrankung einleiten kann.

Außer zum Arztbesuch darfst Du vorerst das Haus nicht verlassen und solltest auch keine Besuche empfangen. Bis feststeht, ob Du Dich tatsächlich mit dem neuen Grippevirus angesteckt hast oder nicht, ist es weiterhin wichtig, dass Du auch in Deinem privaten Umfeld Deine Eltern, Geschwister, Freunde oder andere Personen vor einer möglichen Ansteckung schützt. Dazu solltest Du:

- **mehrmals täglich Hände waschen mit Seife für mindestens 20-30 Sekunden.**
- auf Körperkontakte wie Umarmen, Küssen, Händeschütteln usw. verzichten.
- beim Husten und Niesen von anderen Personen Abstand halten und am besten ein Papiertaschentuch vor den Mund halten, das anschließend in den Abfall entsorgt wird. Anschließend solltest Du Dir möglichst die Hände waschen. Wenn kein Papiertaschentuch zur Verfügung steht, sollte **in den Ärmel gehustet und geniest** werden (nicht in die Hand).
- nicht das Besteck, Trinkgefäße oder Geschirr mit anderen teilen.
- möglichst Abstand zu anderen Personen / Familienmitgliedern halten. Wenn räumlich möglich: Schlafen und Aufenthalt in räumlicher Trennung zu Nicht-Erkrankten.
- geschlossene **Räume 3-4 Mal täglich für jeweils 10 Minuten lüften**, um die Zahl der Viren in der Luft zu reduzieren.

Insbesondere müssen Babys, Kleinkinder, Schwangere und Personen mit chronischen Krankheiten (z.B. Asthma) vor einer Ansteckung geschützt werden.

Herausgeber: Freie und Hansestadt Hamburg,  
Behörde für Soziales, Familie, Gesundheit und Verbraucherschutz,  
-Fachabteilung Öffentlicher Gesundheitsdienst-  
Billstraße 80 in 20539 Hamburg,  
Tel.: 428 37 – 2609 Fax: 428 37 – 3371