



Vorsicht Influenza!

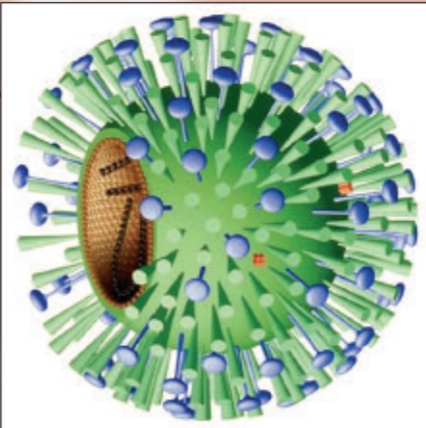


Was ist Influenza?

Die Influenza ist eine sehr ansteckende Erkrankung. Bereits kleinste Mengen der Viren lösen eine Infektion aus. Über die Jahrhunderte hinweg hat es die Menschheit geschafft, verheerende Seuchen wie die Pest oder die Pocken in den Griff zu bekommen. Die Influenza hat jedoch auch heute noch die Fähigkeit behalten, Massenerkrankungen und eine hohe Sterberate zu verursachen und macht dabei keinen Unterschied zwischen entwickelten, weniger entwickelten und unterentwickelten Ländern.

In den gemäßigten Zonen der nördlichen und südlichen Hemisphäre treten deshalb regelmäßig in den jeweiligen Wintermonaten Grippewellen auf. Pandemien werden durch das Auftreten eines neuen Influenzavirussubtyps hervorgerufen, gegen den die Mehrzahl der menschlichen Bevölkerung nicht immun ist, weshalb sich dieser rasch über die gesamte Welt ausbreiten kann.

Influenza Virus



© SPG Media Limited

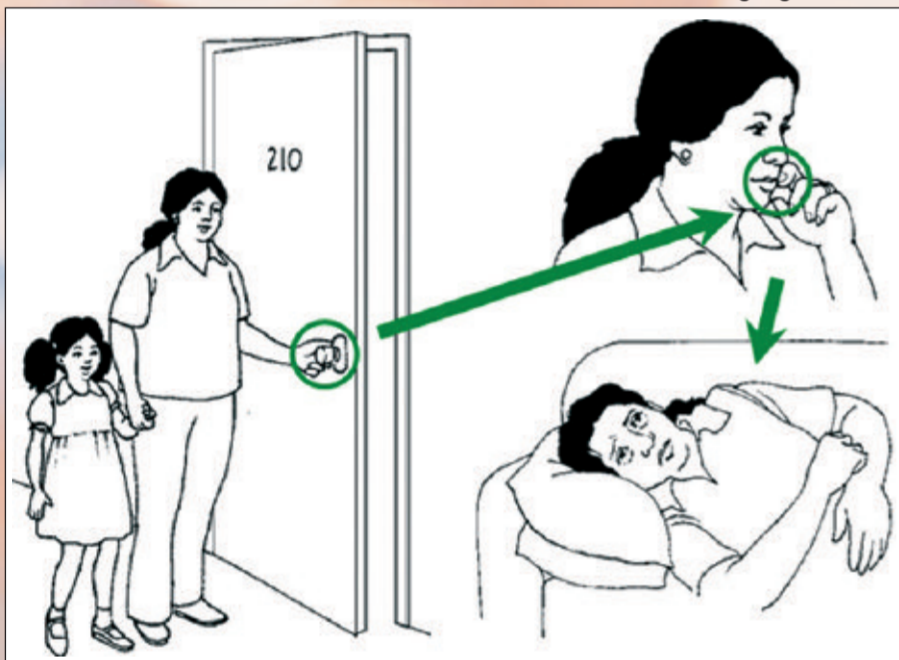
Wo ist die Ansteckungsgefahr am größten?

Die Verbreitung der Viren durch die Luft ist einer der am wenigsten durch hygienische Maßnahmen zu beeinflussende Übertragungsweg und somit für das Virus am effektivsten. Selbst durch Klimaanlage, beispielsweise in Flugzeugen, kann das Virus verbreitet werden, wenn dadurch virusbeladener Staub transportiert wird. Aufgrund dieses sehr einfachen Infektionsweges breitet sich die Influenza vor allem dort aus, wo Menschen einen engen Kontakt miteinander haben, wie z. B. in öffentlichen Verkehrsmitteln, Arbeitsstätten, Kindertagesstätten und Schulen.



© www.foto.de

Übertragung des Virus



© www.health.alberta.ca

Wie kann man sich mit dem Influenza-Virus anstecken?

Die Influenza-Viren werden durch das Einatmen kleinster Tröpfchen, welche beispielsweise beim Reden, Husten oder Niesen freigesetzt werden, übertragen. In diesem Fall spricht man von Tröpfcheninfektion. Weiterhin können die Viren, wenn sie sich auf Gegenständen oder Körperteilen befinden, auch durch Kontaktinfektion bzw. Schmierinfektion übertragen werden. Hierzu müssen sie allerdings anschließend

über die Schleimhäute, z. B. den Mund, die Nase oder die Augen, in den Körper gelangen. Influenza-Viren sind in der Außenwelt 1-2 Tage, bei niedrigen Temperaturen auch Wochen bis Monate überlebensfähig.

Wie macht sich die Erkrankung bemerkbar?

Die Virusgrippe ist nicht mit einem milder verlaufenden Atemwegsinfekt, wie Husten und Schnupfen zu verwechseln. Die Krankheit beginnt ganz plötzlich mit einem starken Krankheitsgefühl, Schnupfen, Schüttelfrost, Schweißausbrüchen, Kopf- und Gliederschmerzen. Danach setzt hohes Fieber mit Temperaturen bis zu 40 Grad Celsius ein. Zur gleichen Zeit kommt ein charakteristischer trockener Husten zum Vorschein. Häufig klagen Betroffene über Brennen im Rachen und Schmerzen im Brustbereich. Bei Kindern können auch Übelkeit und Erbrechen auftreten.



© Initiative Zitiertorf-Antibiotika-Resistenz

Welche Folgen kann eine Viruserkrankung haben?

Die Virus-Grippe kann vor allem bei älteren Menschen, chronisch Kranken und Menschen mit schlechten Abwehrkräften zahlreiche Komplikationen nach sich ziehen. Als Folge einer Virus-Erkrankung kann es zu einer Hals- und Ohrenentzündung, zu einer Bronchitis oder auch zu einer Lungenentzündung kommen. Durch eine Entzündung des Herzmuskels kann sich eine Herzmuskelschwäche ausbilden. Entzündungen des zentralen Nervensystems und bakterielle Infektionen, die in sehr schwerwiegenden Fällen innerhalb weniger Tage zum Tod führen können, sind weitere mögliche Folgen. Besonders gefährdet sind Säuglinge, ältere Menschen und Risikopersonen, die beispielsweise durch Atemwegserkrankungen, chronische Herz-, Leber- und Nierenerkrankungen oder Stoffwechselkrankheiten wie z. B. Diabetes mellitus vorbelastet sind.

Entzündetes Ohr



Wie lange dauert die Ansteckungsgefahr?

Die Inkubationszeit, das heißt die Zeit von der Ansteckung bis zum Ausbruch der Erkrankung, beträgt 1-3 Tage. Eine Ansteckungsfähigkeit beginnt bereits kurz vor Auftreten der ersten Symptome und besteht danach gewöhnlich für 3-5 Tage. Man kann also, ohne es zu wissen, zur Infektionsquelle werden. Kleine Kinder können Viren früher und für längere Zeit als Erwachsene ausscheiden.

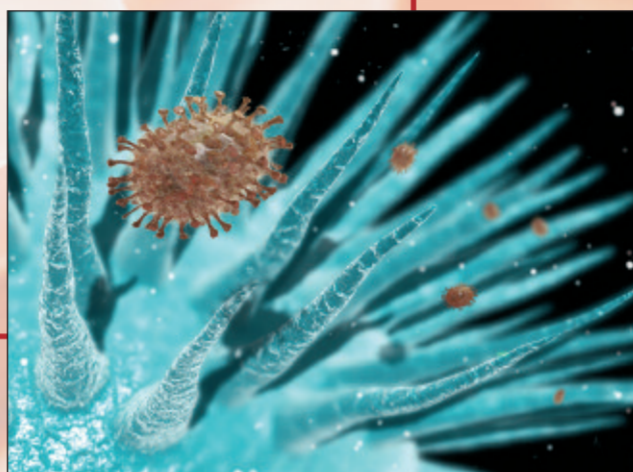


Vorsicht Influenza!



Was macht das Virus, wenn es im Körper ist?

Wie eine Mine, mit Spikes besetzt und gefährlichem Inhalt, attackiert das Grippevirus eine Atemwegszelle. Mit einem Hämagglutinin-„Spike“ dockt der Erreger an einem speziellen Rezeptor an der Zelloberfläche an. Durch einen Einstülpungsvorgang der Zellaußenhülle gelangt der Erreger in das Zellinnere und setzt dort seine Erbinformationen (RNS) frei, die dann vervielfältigt werden. Die Schleimhautzellen der Atemwege werden somit zur Wirtszelle, denn Viren können sich nur mit Hilfe eines „Wirtes“ vermehren, der die Bausteine für die neuen Tochterviren liefert.



Grippevirus attackiert Atemwegszelle

Wie kann ich mich vor einer Erkrankung schützen?

Den besten Schutz gegen das Virus bietet die jährliche Gripeschutzimpfung. Da sich die Influenza-Viren stetig ändern, muss die Impfung jährlich mit dem neuen, jeweils auf die aktuelle Influenza-Variante abgestimmten Impfstoff, durchgeführt werden. Während der Grippeperiode oder im Krankheitsfall sollte man engen Kontakt mit bereits Infizierten vermeiden, die Hände häufig waschen und desinfizieren, Einmaltaschentücher verwenden und diese umgehend entsorgen. Beim Niesen und Husten sollte immer die Hand vor Nase und Mund gehalten und eventuell ein Mundschutz getragen werden.



© www.flickr.de

Wann sollte ich mich impfen lassen?

Die jährliche Impfung sollte vorzugsweise im Herbst vor der eigentlichen Erkältungszeit (Oktober - November) verabreicht werden. Man kann sie aber noch bis zum März nachholen. Die Schutzdauer beträgt im allgemeinen sechs Monate bis zu einem Jahr. Der Schutz vor Erkrankung kann bei gesunden Menschen bis 90 % betragen, zeigt aber von Jahr zu Jahr deutliche Unterschiede. Bei älteren Menschen ist die Schutzrate deutlich geringer. Wegen der möglichen Komplikationen ist eine Impfung in dieser Altersgruppe besonders wichtig. Aus diesem Grund gibt es für Menschen ab dem 65. Lebensjahr einen speziellen Impfstoff, der entsprechend auf das schwächere Immunsystem abgestimmt ist. Der volle Impfschutz tritt in der Regel nach zwei



Herbsttag

Wochen ein. Kinder, die zuvor weder geimpft worden sind noch einen Kontakt zu Influenza-Viren hatten, benötigen zum Erreichen eines guten Impfschutzes zwei Impfungen im Abstand von 4 Wochen. Kommt es trotz Impfung zu einer Infektion, hilft die Impfung den Krankheitsverlauf soweit abzumildern, dass die Gefahr für Gesundheit und Leben reduziert wird.

Wer sollte sich impfen lassen?

- Menschen über 60 Jahre
- Kinder, Jugendliche und Erwachsene mit erhöhter gesundheitlicher Gefährdung infolge eines Grundleidens (z. B. Diabetes, Asthma etc.)
- Bewohner von Alten- und Pflegeheimen
- medizinisches Personal
- Personen in Einrichtungen mit Publikumsverkehr
- Personen mit direktem Kontakt zu Geflügel und Wildvögeln

Wer sollte sich nicht impfen lassen?

Nicht geimpft werden sollten Menschen, die eine schwere Hühnereiweißallergie oder eine Allergie gegen Begleit-substanzen im Impfstoff haben. Während einer akuten Erkrankung sollte man nicht geimpft werden. Leichte Infekte mit Fieber bis zu 38,5 Grad Celsius gelten jedoch als unproblematisch.

Wer übernimmt die Kosten einer Impfung?

Für die Kostenübernahme der Impfung durch die Krankenkassen gibt es keine generelle bundesweite Regelung. Impfungen sind freiwillige Satzleistungen, das heißt eine Krankenkasse kann sie in ihren Leistungskatalog aufnehmen, muss dies aber nicht tun. In der Regel übernehmen jedoch alle Krankenkassen die Kosten. Wenn Sie einen Arzt aufsuchen, um sich nur gegen Grippe impfen zu lassen, müssen Sie keine Praxisgebühr entrichten. Reine Vorsorgeleistungen, zu denen das Impfen gehört, sind von der Praxisgebühr ausgenommen. Die Praxisgebühr entfällt allerdings nur dann, wenn keine weiteren Probleme mit dem Arzt besprochen werden.



Wie wird die Influenza therapiert?

Die Therapie der Influenza erfolgt in der Regel symptomatisch durch Bettruhe, Fiebersenkung etc. Antibiotika können gegen bakteriell bedingte Folgeerkrankungen, wie beispielsweise eine Lungenentzündung, eingesetzt werden. Die frühzeitige Gabe von sogenannten Neuraminidase-Hemmern innerhalb von 48 Stunden nach Beginn der Erkrankung kann bei Risikopatienten mit z. B. chronischen Krankheiten sinnvoll sein.