

## Influenza-Infektion

### Krankheitsbild

Die echte Grippe, auch Influenza genannt, ist eine akute Erkrankung der Atemwege. Sie wird durch Influzaviren ausgelöst, in Europa zumeist zwischen Dezember und März. Typisch für eine echte Grippe ist das plötzlich einsetzende Krankheitsgefühl mit Fieber, Halsschmerzen, Schwächegefühl und trockenem Husten, begleitet von Muskel-, Glieder-, Rücken- oder Kopfschmerzen. Bei einem unkomplizierten Verlauf halten die Beschwerden etwa 5 bis 7 Tage an. Leichte und asymptomatische Verläufe sind ebenso möglich wie schwere Infektionen mit Todesfolge. Als häufigste Komplikation wird eine Lungenentzündung gefürchtet. Bei Kindern können sich auch Mittelohrentzündungen entwickeln. Selten können Entzündungen des Gehirns oder des Herzmuskels auftreten.

### Übertragung

Die Erreger (Viren) werden beim Sprechen, Husten und Niesen durch Tröpfchen sehr leicht übertragen. Auch über die Hände werden die Viren weitergereicht, wenn diese mit virushaltigen Sekreten in Kontakt gekommen sind. Die Erreger können auch an verunreinigten Türklinken, Haltegriffen oder ähnlichen Gegenständen haften und von dort über die Hände in den Körper gelangen.

### Inkubationszeit

Die Zeit zwischen Ansteckung und Beginn der Krankheit beträgt meist 1 – 2 Tage.

### Dauer der Ansteckungsfähigkeit

Die Erkrankten können bereits am Tag vor Beginn der Beschwerden bis rund 1 Woche danach ansteckend sein. Bei Kindern oder Menschen mit geschwächtem Abwehrsystem kann die Infektiosität auch länger andauern.

### Maßnahmen für Erkrankte und Kontaktpersonen

Um eine Weiterverbreitung zu vermeiden, sollten Erkrankte den Kontakt zu anderen Menschen, besonders zu gefährdeten Personen (z. B. Säuglinge, Personen mit Schwächen der Immunabwehr, sehr alte Menschen, chronisch Kranke etc.), einschränken. Grundlegende hygienische Regeln sollten beachtet werden, z. B. das Vermeiden von Händereichen, Anhusten und Anniesen.

Eine sehr wichtige Maßnahme zur Infektionsverhütung ist das häufige Waschen der Hände. Auf Stoffhandtücher zur Händetrocknung sollte verzichtet und benutzte Einmaltücher in Abfallbehälter geworfen werden. Niesen oder Husten Sie bitte in ein Taschentuch oder in die Armbeuge. Auf das Händeschütteln und auf eine innige Umarmung zur Begrüßung sollte verzichtet werden.

### Wiederzulassung in Gemeinschaftseinrichtungen für Kinder und Kontaktpersonen nach Krankheit

Erkrankte Kinder sollten die Gemeinschaftseinrichtung nicht betreten. Für Kontaktpersonen gibt es keine Einschränkungen. Nach überstandener Erkrankung ist ein schriftliches ärztliches Attest zur Wiederzulassung nicht erforderlich.

### Impfung

Ein guter Schutz gegen die Influenza ist die Impfung. Eine Gripeschutzimpfung empfiehlt die Ständige Impfkommission (STIKO) für besonders gefährdete Menschen, z. B. Patienten mit Asthma bronchiale, Herzfehlern, Immundefekten oder anderen chronischen Erkrankungen.

### Meldepflicht

Es besteht keine Meldepflicht.

Fragen zur Behandlung von Influenza und zur Impfung richten Sie bitte an Ihren behandelnden Arzt oder Ihre Ärztin.