



Grippe (Influenza)

Landratsamt Heidenheim
Gesundheitsamt

- Was ist Influenza:** Die echte Grippe, auch Influenza genannt, ist eine akute Krankheit der Atemwege. Sie ist eine ernsthafte, mitunter auch lebensbedrohliche Krankheit, die durch Grippeviren ausgelöst wird. Influenzaviren verändern sich ständig und bilden häufig neue Varianten. Durch diese Änderungen kann man sich im Laufe seines Lebens öfter mit Grippe anstecken und erkranken. Deshalb wird auch der Influenza-Impfstoff nahezu jedes Jahr neu angepasst.
- Übertragungswege:** Die Viren werden vor allem über Tröpfcheninfektion übertragen. Beim Niesen oder Husten kann eine infizierte Person kleinste Tröpfchen, die Viren enthalten, in die Luft versprühen. Eine andere Person kann sich anstecken, wenn diese virushaltigen Tröpfchen eingeatmet werden und auf die Schleimhäute der Atemwege in Nase, Mund und Rachen gelangen. Die Erreger können auch an Türklinken, Haltegriffen, Treppengeländern oder ähnlichen Gegenständen haften und von dort über die Hände weiter gereicht werden.
- Inkubationszeit:** Die Inkubationszeit ist kurz und beträgt durchschnittlich 1-2 Tage.
- Krankheitsverlauf:** Bei etwa ein Drittel aller Erkrankungen beginnt die Erkrankung typischerweise mit einem plötzlich einsetzenden Krankheitsgefühl, Fieber, Halsschmerzen und trockenem Husten, begleitet von Muskel-, Glieder-, Rücken- oder Kopfschmerzen. Besonders bei älteren Menschen sind die Krankheitszeichen häufig nicht so ausgeprägt und ähneln eher einer Erkältung. Bei einem unkomplizierten Verlauf gehen die Beschwerden nach 5 bis 7 Tagen zurück. Der Husten kann deutlich länger anhalten. Die Schwere der Erkrankung kann unterschiedlich sein. Eine Grippe-Infektion kann nur mit leichten oder auch ganz ohne Beschwerden verlaufen. Sie kann dagegen auch mit schweren Krankheitsverläufen einhergehen, die im schlimmsten Fall zum Tod führen. Als häufigste Komplikationen werden Lungenentzündungen gefürchtet. Bei Kindern können sich auch Mittelohrentzündungen entwickeln. Selten können Entzündungen des Gehirns oder des Herzmuskels auftreten.
- Hinweise zur Verhütung und Weiterverbreitung:** Der beste Schutz gegen Grippe ist eine Impfung. Sie sollte jährlich verabreicht werden, am besten in den Monaten Oktober und November. Jedes Jahr wird die Zusammensetzung des Impfstoffs überprüft und gegebenenfalls angepasst, um gezielt vor den Virus-Varianten zu schützen, die voraussichtlich im Umlauf sein werden. Hygieneregeln tragen dazu bei, das Risiko einer Ansteckung zu verringern:
- Enger Kontakt zu Erkrankten sollte möglichst vermieden werden.
 - Waschen Sie sich regelmäßig und gründlich die Hände.
 - Augen, Nase und Mund sollten möglichst nicht mit ungewaschenen Händen berührt werden.
- Gesetzliche Bestimmungen:** Dem Gesundheitsamt wird gemäß § 7 Abs. 1 IfSG der Nachweis von Influenzaviren, soweit er auf eine akute Infektion hinweist, namentlich gemeldet. Dazu gehören auch in ärztlichen Praxen durchgeführte Schnelltests.