

# INFLUENZA



Mehr als nur ein Schnupfen!





## Welche Symptome können auftreten?

Nach einer kurzen Inkubationszeit von durchschnittlich 1–2 Tagen beginnt die Erkrankung typischerweise plötzlich (innerhalb weniger Stunden) mit Fieber ( $\geq 38,5^{\circ}\text{C}$ ), Halsschmerzen und trockenem Husten, begleitet von Muskel-, Glieder-, Rücken- oder Kopfschmerzen.

Zusätzlich können Übelkeit, Erbrechen und Durchfall sowie allgemeine Schwäche und Schweißausbrüche auftreten. Die Krankheitsdauer liegt in der Regel bei einer Woche.

Als häufigste Komplikationen treten Lungenentzündungen auf. Bei Kindern können sich auch Mittelohrentzündungen entwickeln. Selten können Entzündungen des Gehirns oder des Herzmuskels auftreten.

Schwere Verläufe bis hin zu Todesfällen können besonders bei älteren Personen und Personen mit Grundkrankheiten (z.B. Herzerkrankungen, Diabetes mellitus etc.) auftreten. Eine Schwangerschaft, besonders im fortgeschrittenen Stadium, erhöht das Risiko für einen schweren Verlauf.

## Was ist Influenza?

Influenza („echte“ Grippe) ist eine akute Erkrankung der Atemwege. Sie ist eine ernsthafte, mitunter auch lebensbedrohliche Krankheit und wird durch Influzaviren hervorgerufen.

Für den Menschen sind in erster Linie Influzaviren vom Typ A und B gefährlich. Influenza A-Viren werden hinsichtlich ihrer Oberflächenstrukturen weiter in unterschiedliche Subtypen unterteilt. Influenza B-Viren werden weltweit zwei genetisch unterschiedlichen Linien zugeordnet, eine Unterteilung in Subtypen gibt es nicht.

In Deutschland treten saisonale Grippewellen in der kalten Jahreszeit auf, meist nach dem Jahreswechsel.



## Wie kann ich mich anstecken?

Die Übertragung der Viren erfolgt hauptsächlich durch Tröpfcheninfektion (insbes. durch Husten und Niesen), aber auch über kontaminierte Hände und Oberflächen mit nachfolgendem Schleimhautkontakt.

Erkrankte können bereits am Tag vor Beginn der Beschwerden und bis ca. 1 Woche nach Auftreten der ersten Krankheitszeichen ansteckend sein. Kinder oder Menschen mit geschwächtem Abwehrsystem können die Viren auch länger ausscheiden.

Influenzaviren verändern sich ständig und bilden häufig neue Varianten. Durch diese Änderungen kann man sich im Laufe seines Lebens öfter mit Grippeviren anstecken und erkranken. Deshalb wird auch der Influenza-Impfstoff nahezu jedes Jahr neu angepasst.

## Wie kann ich mich schützen?

Der beste Schutz gegen die Grippe ist eine Impfung, die jährlich vor Beginn der Influenzasaison, idealerweise in den Monaten Oktober und November, durchgeführt werden sollte. Seit vielen Jahren gibt es eine gut verträgliche Grippeimpfung, die wirksam vor einer Erkrankung schützt. Lokale

Reizungen im Bereich der Einstichstelle (Rötung, Schwellung, Druckschmerz) können für wenige Tage auftreten und sind ein normales Zeichen für eine erfolgreiche Immunantwort. Auch Müdigkeit und leichte Temperaturerhöhungen sind mögliche Begleiterscheinungen. Für Kinder von 2 bis 17 Jahre steht zusätzlich ein attenuierter Lebendimpfstoff zur Verfügung, der als Nasenspray verabreicht wird.

Bei einer nachgewiesenen schweren Allergie gegen Hühnereierweiß sollten Sie sich nicht impfen lassen, fragen Sie dazu vorab Ihre Ärztin oder Ihren Arzt.

Durch eine Impfung in der Schwangerschaft werden Antikörper an das ungeborene Kind weitergegeben. Damit ist der Säugling in den ersten Lebensmonaten geschützt.

Die Ständige Impfkommission (STIKO) empfiehlt folgenden Personen eine Influenza-Impfung, die von den Krankenkassen übernommen wird:

- Personen mit erhöhter gesundheitlicher Gefährdung durch ein Grundleiden (z. B. Stoffwechselerkrankung, Herzkrankung, Immundefizienz etc.)
- Schwangeren (ab dem 2. Trimenon; bei erhöhter gesundheitlicher Gefährdung infolge einer Grunderkrankung ab dem 1. Trimenon)
- Personen  $\geq 60$  Jahre
- Bewohnern von Alten- und Pflegeheimen, medizinischem Personal, Pflegepersonal

### Hygiene:

- Hände regelmäßig waschen und vom Gesicht fernhalten
- Hygienisch husten, z. B. in die Armbeuge, nicht in die Hand
- Krankheit zu Hause auskurieren
- Familienmitglieder schützen durch Vermeiden von Körperkontakt
- Geschlossene Räume regelmäßig lüften
- Im Falle einer Pandemie: Abstand halten, Menschenansammlungen meiden, auf Händeschütteln verzichten, gegebenenfalls Hygienemasken tragen

## Welche Diagnostik wird durchgeführt?

Zum Nachweis einer Infektion mit Influenzaviren gibt es bei Vorliegen typischer Beschwerden folgende Untersuchungsmöglichkeiten:

- Influenza-A/B-Schnelltest aus einem Nasen-/Rachenabstrich oder Nasensekret
- Direktnachweis des Virus aus einem Nasen-/Rachenabstrich mittels PCR
- Nachweis von Antikörpern im Blut, nicht geeignet zur Akutdiagnostik, da Antikörper in der Regel erst nach 10–14 Tagen nachweisbar werden.

Als Goldstandard hinsichtlich Sensitivität und Spezifität ist hierbei die PCR zu nennen und zu empfehlen.



## Gibt es eine Therapie?

Eine unkomplizierte Influenza ohne vorbestehende Grundleiden wird symptomatisch behandelt.

Patienten mit Grundleiden und/oder Risikofaktoren sollten frühzeitig bei Symptombeginn (innerhalb der ersten 2 Tage) ihren Arzt aufsuchen, um eine eventuelle antivirale Therapie einzuleiten.

Oft führt die Schädigung der Atemwege zu einer Folgeinfektion (Superinfektion mit Bakterien). Dies kann den Verlauf der Erkrankung deutlich verschlimmern. Dann ist eine antibiotische Therapie notwendig.

Bitte beachten Sie: bei einem fieberhaften Virusinfekt bei Kindern und Jugendlichen darf keine Gabe von Acetylsalicylsäure (ASS, z.B. Aspirin®) erfolgen.



Überreicht durch:

Praxisstempel

### **Für gesetzlich versicherte Personen:**

Einige medizinische Leistungen können von den Krankenkassen nicht bzw. nicht in jedem Fall (z.B. auf eigenen Wunsch) übernommen werden und müssen deshalb vom Patienten selbst bezahlt werden.

Die aktuellen Preise entnehmen Sie bitte dem Auftragschein für individuelle Gesundheitsleistungen.

### **Für privat versicherte Personen:**

Es erfolgt eine Kostenübernahme der privaten Krankenversicherung nach gültiger GOÄ, wenn kein vorheriger Leistungsausschluss bestand. Falls Sie hierzu Fragen haben, wird Ihr Arzt Sie gerne beraten.

## **Kontakt**

 IMD Potsdam MVZ  
Friedrich-Ebert-Str. 33  
14469 Potsdam

 +49 331 28095-0  
 +49 331 28095-99

 [info@imd-potsdam.de](mailto:info@imd-potsdam.de)  
 [www.imd-potsdam.de](http://www.imd-potsdam.de)

