

## INFLUENZA = GRIPPE

### Korrektes Hygieneverhalten

- Übertragung als Tröpfchen- (Niesen, Husten) bzw. Schmierinfektion (Türklinke)
- Ärmel zum Husten und Niesen benutzen
- Hände sind kein Taschentuch!
- Hände mehrmals täglich 20–30 Sekunden mit Wasser und Seife waschen
- Desinfizieren der Hände mit Alkohol oder Desinfektionsmittel tötet Grippeviren in 15–30 Sekunden ab
- **STOPP!** Keine Besuche von Patienten im Krankenhaus, wenn man selbst an der Grippe erkrankt ist

### Prophylaxe durch jährliche Grippeimpfung

- Jährliche Grippeimpfung zwischen Oktober und Dezember
- Die jährliche Grippeimpfung schützt vor Influenzaviren, jedoch nicht gegen die Schnupfenviren
- Für Kinder bis zum 3. Lebensjahr und für Erwachsene ab dem 65. Lebensjahr gibt es eigene Impfstoffe

### Vorgehen bei Erkrankung mit Influenza

- Bei schwerem Krankheitsgefühl Hausarzt so rasch wie möglich aufsuchen bzw. kontaktieren
- Bei Influenza nach Möglichkeit Erkrankung zu Hause ausheilen
- Therapiebeginn mit gezielt antiviralen Medikamenten (Neuraminidasehemmer werden vom Arzt verschrieben) nur innerhalb der ersten 24–48 Stunden sinnvoll und wirksam
- Antivirale Therapie laut Vorschrift exakt einnehmen
- Therapiedauer beträgt immer 5 Tage

## ZUSAMMENFASSENDE HINWEISE

- Erkältung & Schnupfen sind keine Grippe (Influenza)
- Antibiotika helfen weder gegen Schnupfen noch gegen Grippe
- Vorbeugung ist besser als Therapie, daher jährlich zur Grippeimpfung gehen
- Beginn und Ende einer Grippewelle wird auf Basis von virologischen Stichproben durch das Department für Virologie an der Medizinischen Universität Wien verlautbart [www.influenza.at](http://www.influenza.at)
- Plötzliches Fieber, Husten, Gliederschmerzen und schweres Krankheitsgefühl weisen in der Grippezeit auf den Beginn einer Grippe hin
- Rechtzeitig zum Arzt gehen, da der Beginn einer Influenza-Therapie nach den österreichischen Empfehlungen nur innerhalb der ersten 24–48 Stunden empfohlen wird.  
[www.oeginfekt.at/download/cs-therapie\\_der\\_grippe.pdf](http://www.oeginfekt.at/download/cs-therapie_der_grippe.pdf)
- Die Therapiedauer mit spezifisch antiviralen Medikamenten beträgt 5 Tage, die auch bei rascher Besserung eingehalten werden müssen
- Zum Schutz der eigenen Familie während der Grippe auf Körperkontakt wie Umarmen, Küssen etc. verzichten
- Geschlossene Räume 3–4x täglich lüften, um die Zahl der Viren in der Luft zu reduzieren
- Hygienisch richtig husten



**IMPRESSUM:** Diese Patienteninfo ist eine Publikation der Medical Dialogue Kommunikations- und Publikations-gmbH, Lederergasse 22/16, A-1080 Wien, Tel.: 01/4021754; **Geschäftsführung:** Karl Buresch; **Redaktion dieser Ausgabe:** Österreichische Gesellschaft für Infektionskrankheiten und Tropenmedizin (ÖGIT)/Univ.-Prof. Dr. Florian Thalhammer; **Grafik & Design:** Konstantin Riemerschmid; **Titelbild:** Mauritus images; **Auflage:** 61.000 Wiedergabe, auch auszugsweise, nur mit ausdrücklicher, schriftlicher Genehmigung von Medical Dialogue

# patienten info



JÄNNER 2012

## Grippe Vorbeugung & Behandlung

**Univ.-Prof. Dr. Florian Thalhammer**  
Klin. Abt. für Infektionen und Tropenmedizin  
Univ.-Klinik für Innere Medizin I, MedUni Wien



## INFLUENZA & ERKÄLTUNG

### Erkältung oder Schnupfen

- 90% der akuten Infektionen der oberen Atemwege („Bronchitis“) sind durch Viren verursacht
- Es gibt mehr als 200 verschiedene Viren, die Erkältungen und „Schnupfen“ verursachen
- Sie werden oft irreführenderweise als grippale Infekte bezeichnet, weil sie ähnliche, aber nicht so schwere Symptome verursachen
- „Schnupfen- und Erkältungsviren“ (z.B. Rhinoviren) kommen ganzjährig vor (auch in der warmen Jahreszeit)
- Gegen „Schnupfenviren“ gibt es keine Schutzimpfung und keine Therapie

### Influenza oder Grippe

- Es gibt drei Influenzaviren: Influenza A, B und C, die sich laufend verändern und daher jedes Jahr in neuen Untergruppen auftreten
- Influenzaviren (Grippe) treten saisonal zwischen Oktober und März auf; die Grippezeit konzentriert sich meistens auf Jänner und Februar
- Grippeviren vermehren sich nach Erkrankungsbeginn sehr rasch im Körper
- Die Influenza kann ein schweres Krankheitsbild mit nachfolgenden Komplikationen verursachen
- Gegen Influenzaviren kann man sich mit einer Impfung schützen, und es gibt spezifische antivirale Medikamente dagegen

## KRANKHEITSBILDER & THERAPIEMÖGLICHKEITEN

Erkältung („Schnupfenviren“)		SYMPTOME	Grippe („Influzaviren“)	
Häufigkeit	Schweregrad		Schweregrad	Häufigkeit
80–100%	●●●	<b>Rhinitis (rin nende Nase)</b>	●	20–30%
25%	●	<b>Kopfschmerzen</b>	●●●	85%
50%	●●	<b>Halsschmerzen</b>	●●●	50–60%
20–25%	●●	<b>Abgeschlagenheit/Unwohlsein</b>	●●●	80%
40%	●●	<b>Husten</b>	●●●	90%
10%	●	<b>Frösteln</b>	●●●	90%
0–1%		<b>Fieber über 37,5°C</b>		95%
10%	●	<b>Muskelschmerzen</b>	●●●	60–75%

schwer: ... mäßig: ... mild: ...

### Grippe-Therapie – Wann? Wie? Wie lange?

#### Therapie sinnvoll und gerechtfertigt bei

- typischen, schweren Grippe-Symptomen während einer ausgerufenen Grippewelle
- Therapiebeginn innerhalb der ersten 24–48 Stunden ab Erkrankungsbeginn, je früher desto besser
- RisikopatientInnen: Alter über 50 Jahre, chronische Erkrankungen, Diabetes mellitus, Krebserkrankung

#### Gezielte Therapie mit antiviralen Medikamenten

- Verordnung nur durch den Arzt
- wirksam nur gegen Influenzaviren
- keine Aktivität gegen Schnupfenviren!
- Therapie dauert immer 5 Tage, auch bei rascher Besserung

#### Keine antivirale Therapie bei

- Schnupfen oder Erkältung
- bekannter Unverträglichkeit (Allergie)
- fehlendem Behandlungswunsch

### Antibiotika-Therapie – Wann?

- Antibiotika können bei Virusinfektionen nicht helfen, da sie Bakterien (z.B. Pneumokokken) abtöten
- **Ihr Hausarzt wird bei Vorliegen von Schnupfen oder Influenza korrekterweise kein Antibiotikum verschreiben**
- Falscher Antibiotikaeinsatz fördert das Unwirksamwerden (= Resistenzbildung) lebensrettender Antibiotika bei bakteriellen Infektionen
- Nach anfänglicher Besserung oder neuerlichen Fieberschüben kann eine Antibiotika-Therapie wegen einer zweiten, jetzt bakteriellen Infektion notwendig sein
- **Bei hohem Fieber und/oder schlechtem Allgemeinzustand immer den Arzt aufsuchen**

Symptome grippaler Infekt														
Infektion mit Erkältungsviren	langsamer Beginn und Steigerung der Symptomatik				verdicktes Nasensekret; gelblich bis grün		Abklingen der meisten Symptome				Husten kann weiter bestehen			
Tag 1	Tag 2	Tag 3	Tag 4	Tag 5	Tag 6	Tag 7	Tag 8	Tag 9	Tag 10	Tag 11	Tag 12	Tag 13	Tag 14	→
Infektion mit Influenza-Virus	plötzlicher Beginn einer intensiven Symptomatik	Höhepunkt der Symptomatik, hohes Fieber		Fieber sinkt, Abklingen der meisten Symptome. Bei schwerem Verlauf verstärkte Atemwegs-Symptomatik mit Beginn von Komplikationen oder bakteriellen Superinfektionen möglich.		Husten und Abgeschlagenheit halten an								

### Symptome Influenza / Grippe