

## Frühling, Sommer, Herbst und Grippe

Fast jeden erwischt es in der kalten Jahreszeit: die Nase läuft, der Hals kratzt, manchmal auch begleitet von leichtem Fieber und Gliederschmerzen.

Ein solcher **grippaler Infekt** ist zwar unangenehm, aber meist harmlos. Mit etwas Schonung, ggf. Bettruhe ist man nach ein bis zwei Wochen wieder fit. Bekannte Hausmittel reichen oft aus, um die Beschwerden zu lindern.

Anders die **„echte“ Grippe (Influenza):**

Neben ähnlichen Symptomen wie bei grippalen Infekten führt diese gefährliche Viruserkrankung in der Regel zu **plötzlich auftretendem hohem Fieber**. Hinzu können eine **Lungenentzündung**, **Herzmuskelentzündung** und weitere Erkrankungen kommen, da das **Immunsystem** durch Influenza **geschwächt** wird.

Die Genesung verläuft wesentlich langsamer als beim grippalen Infekt.

Influenza **kann tödlich sein**, insbesondere wenn der Erkrankte bereits an Grundkrankheiten wie chronischen Herz- Kreislauf- oder Atemwegs-Erkrankungen, Stoffwechselerkrankungen (z.B. Diabetes) oder Immundefekten leidet.

## Wie wird Influenza übertragen?

Ähnlich wie Husten und Schnupfen wird Influenza als **Tröpfcheninfektion** übertragen. Der Erreger ist hochinfektiös und verbreitet sich schnell.

Weltweit kommt es dadurch immer wieder zu großen Epidemien mit Millionen von Todesopfern. In Deutschland versterben jährlich meist mehr Menschen an Influenza als im Straßenverkehr.

## Wie kann ich mich vor Influenza schützen?

Da es sich bei Influenza um eine Viruserkrankung handelt, helfen Antibiotika leider nicht.

Bereits seit vielen Jahren ist eine allgemein gut verträgliche **Schutzimpfung** gegen Influenza verfügbar. Hierdurch kann das Erkrankungsrisiko wirkungsvoll vermindert werden.

Bereits nach einer Woche baut sich ein Immunschutz auf. Die vollständige Schutzwirkung ist nach 14 Tagen gegeben.

**Durch die Schutzimpfung selber kann keine Influenza ausgelöst werden.**

**Es ist jedoch zu beachten:**

Die Grippeviren verändern sich ständig, so daß der Impfstoff regelmäßig angepasst wird.

Die Impfung soll daher **jährlich** mit dem **aktuellen** Impfstoff durchgeführt werden. Nur so verfügen Sie immer über einen wirksamen Impfschutz.

## Wer sollte sich impfen lassen?

Generell sollen sich alle Personen impfen lassen, die sich vor Influenza schützen wollen.

Besonders empfohlen wird die Schutzimpfung für

- Personen über 60 Jahre
- Personen mit Grundkrankheiten, wie chronischen Herz- Kreislauf- oder Atemwegs-Erkrankungen, Stoffwechselerkrankungen (z.B. Diabetes) oder Immundefekten
- Personen, die regelmäßig Kontakt zu vielen Menschen haben

## Wann sollte man sich impfen lassen?

Der aktuelle Impfstoff steht jährlich **ab September** zur Verfügung. Die meisten Erkrankungen treten zwischen Dezember und April auf. Die Impfung soll daher im Herbst erfolgen. Aber auch danach kann jederzeit geimpft werden, selbst wenn in den Medien bereits über Anzeichen einer Grippepidemie berichtet wird.

Ihre HAUSARZTPRAXIS

**Dr. Beate Henschel**

**Doris Hammermeister - Bettina Ottmann**

