



## Merkblatt Influenza für Eltern

### 1. Erreger

Die Influenza ist eine akute **hoch ansteckende Atemwegsinfektion**, die durch **Influenzaviren** (Typ A, Typ B) übertragen wird. Bei den Influenzaviren sind Veränderungen im Erbgut (= Mutationen) nicht ungewöhnlich. Diese Erbgutsegmente können zwischen den Virusstämmen ausgetauscht werden und regelmäßig neue Varianten auftreten. Für die Zuordnung der verschiedenen Typen werden die beiden Eiweiße der Virushülle (Hämagglutinin = H; Neuraminidase = N) genutzt. Bisher kennt man 16 H und 9 Subtypen in den verschiedensten Kombinationen. Je nach zirkulierendem Subtypen ist es erforderlich, den Impfstoff gegen die saisonale Influenza jeden Winter neu anzupassen.

Im April 2009 ist erstmals ein Virustyp, die sog. Schweinegrippe oder Neue Influenza, A: Typ H1/N1 aufgetreten.

Kurz vor Einsetzen der Krankheitszeichen ist die Ansteckungsfähigkeit am größten. Die Viren vermehren sich in den Zellen des gesamten Atemtraktes. Sie sind **labordiagnostisch nachweisbar** durch Virusisolierung oder molekularbiologischen Erregernachweis mittels sog. PCR aus Rachen-/Nasenabstrichen. Für die Diagnosestellung ist primär das klinische Bild wichtig. Der Arzt entscheidet im Einzelfall, z.B. bei schweren oder untypischen Verläufen, ob eine Labordiagnostik notwendig ist.

### 2. Übertragung

Beim Husten oder Niesen werden die Viren über Schleimtröpfchen ausgestoßen und durch Tröpfcheninfektion, direkten Kontakt (z. B. Hände geben) oder Kontaktinfektion über Gegenstände, die mit solchen Tröpfchen „verunreinigt“ sind, weiter verbreitet. **Auf unbelebten Oberflächen können Viren in Abhängigkeit von der Temperatur mehrere Tage überleben.** Je mehr Menschen eng zusammen kommen (Menschenansammlung, kleine Räume), desto günstiger sind die Bedingungen für die Ausbreitung der Influenza. **Erkrankte sind 3 Tage bis ca. eine Woche ansteckungsfähig, Kinder und Säuglinge sogar etwas länger!**

### 3. Erkrankung

Nach der Infektion treten innerhalb von 1 bis 3 Tagen (bis 5 Tage bei sog. „Neuer Influenza“) die ersten Krankheitszeichen auf. Charakteristisch ist ein **plötzlicher** Beginn mit:

- hohem Fieber (> 38,0°C Erwachsene, ≥ 38,5°C Kinder)
- schwerem Krankheitsgefühl
- trockenem Husten, Halsschmerzen
- Muskel-, Glieder-, Rücken- oder Kopfschmerzen
- gelegentlich initial Magen-Darm-Beschwerden wie Unterbauchschmerzen und Durchfall.

#### Dienstgebäude

- Heinrich-Mann-Allee 103
- Albert-Einstein-Straße 42-46
- Lindenstraße 34A

14473 Potsdam  
14473 Potsdam  
14467 Potsdam

#### Telefon

Zentrale  
Vermittlung über  
(0331) 866-0

#### Fax

(0331) 866-5409  
(0331) 866-7240  
(0331) 866-7895

#### Tram-Haltestelle

Kunersdorfer Straße  
Hauptbahnhof  
Alter Markt

#### Linien

91,92,93,96,X98,99  
91,92,93,96,X98,99  
91,92,93,96,X98,99

Die Krankheit dauert bei komplikationslosem Verlauf 5 bis 7 Tage. Bei gesundheitlich beeinträchtigten Personen ist aufgrund der verminderten Abwehrfunktion das Risiko einer **bakteriellen Superinfektion** der durch das Influenza-Virus geschädigten Atemwegsschleimhaut besonders hoch, was für den weiteren Krankheitsverlauf entscheidend sein kann. Neben der Lungenentzündung (Pneumonie) sind Erkrankungen am **Herzen** (Myokarditis, Perikarditis) oder am **zentralen Nervensystem** (Enzephalomyelitis) als Komplikationen gefürchtet. Auf der **nördlichen Halbkugel** treten **saisonale Influenzahäufungen** von **Oktober bis April** auf. In **tropischen Regionen** sind **Influenzainfektionen ganzjährig** möglich. Deshalb ist bei Reisenden mit akuten Atemwegserkrankungen differentialdiagnostisch auch an eine Influenza zu denken.

#### 4. Behandlung

Antibiotika haben gegen Viren keine Wirkung und sind somit auch gegen Influenza nicht wirksam. Ärzte verschreiben trotzdem manchmal bei Virusinfektionen Antibiotika, um zusätzliche bakterielle Infektionen der durch das Virus geschädigten Schleimhäute zu verhindern. Für die **Therapie der Influenza** stehen in Deutschland die Neuraminidase-Hemmer Zanamivir (**Relenza<sup>®</sup>**) und Oseltamivir (**Tamiflu<sup>®</sup>**) zur Verfügung. Über die Notwendigkeit und den Nutzen einer antiviralen Therapie entscheidet der Arzt im Einzelfall (Schwere des Verlaufes, Begleiterkrankungen).

#### Generell gilt beim Auftreten von Infektzeichen:

- Bettruhe einhalten,
- körperliche Belastung vermeiden,
- Kontakt zu nicht erkrankten Personen auf das Nötigste reduzieren,
- viel Flüssigkeit trinken.

Die aus anderen Gründen vom Arzt verordneten Medikamente sind in der gewohnten Art und Weise weiter einzunehmen.

Wenn sich trotz der empfohlenen Maßnahmen die Zeichen einer Influenza verstärken oder eines der nachfolgenden Kriterien zutrifft, ist der **behandelnde Hausarzt zu verständigen oder, sollte dieser nicht erreichbar sein, die nächste Klinik:**

- Schwangerschaft
- Alter über 60 Jahre ( $\geq 60$  J.)
- Einnahme von Arzneimitteln, die das Abwehrsystem beeinflussen (z. B. Cortison)
- Chemotherapie und/oder Strahlentherapie
- Diabetes mellitus, Herzkrankheit, chronische Erkrankung der Atmungsorgane (z. B. Asthma, Emphysem, chronisch obstruktive Bronchitis), Organtransplantation oder eine andere schwere Krankheit.

**Dringende Gründe, bei einer Influenza-Infektion einen Arzt hinzuzuziehen bzw. die nächste Klinik aufzusuchen, sind auch:**

- Ausschlag
- extreme Müdigkeit (Schläfrigkeit)
- Verschlechterung des Zustandes
- Kurzatmigkeit
- stechende Schmerzen in der Brust beim tiefen Einatmen
- Blutungen der Haut oder der Schleimhäute

**Schutzmaßnahmen:**

Folgende einfache Hygieneregeln im täglichen Umgang sollten beachtet werden:

- Händegeben sowie Anhusten oder Anniesen anderer Personen sollten vermieden werden.
- Nach Husten, Niesen und dem Naseputzen ist eine Händewaschung, durchzuführen.
- Nach Möglichkeit sollten Einmaltaschentücher verwendet werden, die in einer flüssigkeitsdichten Plastiktüte gesammelt und hinterher verschlossen in den Hausmüll entsorgt werden.
- Ein unnötiges Berühren von Augen, Nase oder Mund sollte vermieden werden, da in diesen Schleimhautbereichen vermehrt Viren nachweisbar sind.
- Nach Personenkontakt (Händegeben), Benutzung von Sanitäreinrichtungen und vor dem Essen sind die Hände gründlich zu waschen. Um eine Austrocknung der Haut zu vermeiden, ist auf eine ausreichende Hautpflege zu achten.
- Räume sollten regelmäßige intensiv belüftet werden.
- Der Kontakt zu möglichen erkrankten Personen ist zu vermeiden.
- Besonders zum Schutz von Säuglingen, Kindern, Personen mit chronischen Krankheiten, Krebspatienten und anderen Personen mit geschwächter Abwehrfunktion sollte eine Absonderung erkrankter Personen zumindest für die Dauer der Krankheit (ca. eine Woche) erfolgen und ist im Einzelfall mit dem behandelnden Arzt abzusprechen.
- In Krankenhäusern und Pflegeeinrichtungen sollte die Häufigkeit der Besuche während der Ansteckungsfähigkeit des Erkrankten reduziert werden (Rücksprache mit der Stations- bzw. Heimleitung).
- Auf den Besuch von Theater, Kino, Diskothek, Märkten, Kaufhäusern oder anderer Menschenansammlungen sollte während der Zeit der Ansteckungsfähigkeit verzichtet werden.

**5. Schutzimpfung**

Von der **Ständigen Impfkommission (STIKO)** wird zum Schutz vor der Influenza eine jährliche Impfung empfohlen. Sie ist die wirksamste Maßnahme, eine Erkrankung zu verhindern.

Da die Influenza-Viren eine laufende Veränderung (Drift) ihrer Oberflächenantigene erfahren, ist eine Anpassung an die aktuelle epidemiologische Lage (Driftvariante) notwendig.

Die Zusammensetzung des Impfstoffes mit den typischen Oberflächenantigenen des Virus beruht auf den jährlichen Empfehlungen der WHO. In der Regel sind 3 Virustypen im Impfstoff enthalten.

Da es sich um einen Totimpfstoff handelt, können sich die Viren **nicht** im Körper des Impflings vermehren und damit **nicht** zu einer so genannten „**Impfgrippe**“ führen.

**Die Impfung wird von der STIKO für Personen > 60 Jahre, Abwehrgeschwächte (Immunsupprimierte), Bewohner von Alten- und Pflegeheimen, für medizinisches Personal und Personen mit Tätigkeiten mit hohem Publikumsverkehr empfohlen. Im Land Brandenburg gilt eine uneingeschränkte öffentliche Impfeempfehlung für die Gripeschutzimpfung.**

Nicht gegen Grippe geimpft werden dürfen Personen mit bekannter Überempfindlichkeit gegen Impfstoff-Bestandteile (z. B. Hühner-Eiweiß). Bei akuten fieberhaften Infektionen sollte frühestens 2 Wochen nach der Genesung geimpft werden.

In der aktuellen STIKO-Empfehlung wird ausdrücklich die Impfung generell auch für Schwangere empfohlen.

Kontakt:

Referat 23 Infektionsschutz im MUGV Brandenburg