

TAD-Informationen

Virusgrippe / Influenza

Empfehlungen der Feuerwehr-Unfallkasse Nordrhein-Westfalen

Eine Virusgrippe ist eine Erkrankung der oberen Atemwege, von der Nase bis zu den Bronchien, die durch eine Ansteckung mit dem Influenza - Virus verursacht wird. Die Ansteckung erfolgt durch Tröpfchen, die von Erkrankten durch Niesen, Husten oder beim Sprechen verteilt werden. Diese Tröpfchen haben eine Reichweite von ca. 2 Metern.

Etwa alle 3 Jahre kommt es zu räumlich begrenzten Grippewellen, die sich etwa im Abstand von 20-30 Jahren über größere Gebiete (Epidemie) oder die ganze Erde (Pandemie) ausbreiten. Die letzte Pandemie wurde Ende der Sechziger Jahre unter dem Namen "Hong-Kong-Grippe" beobachtet.

Von der Ansteckung bis zum Ausbruch der Krankheit vergehen meist zwischen 1 und 4 Tagen, die Erkrankung beginnt plötzlich mit hohem Fieber, Frösteln, Hals-, Kopf-, Glieder-, Muskel- und Kreuzschmerzen sowie Heiserkeit und trockener Husten. Es können aber auch andere Symptome als Ausdruck der Infektion auftreten. Meist fühlt man sich "schwer krank"

Bei unkompliziertem Verlauf bilden sich die Erscheinungen nach wenigen Tagen zurück, allerdings dauert die Erholungsphase sehr lange an (bis zu 6 Wochen). Gelegentlich kommt es auch während der Grippe zu weiteren Erkrankungen (z.B. Lungenentzündung, Bronchitis), die den Krankheits- und Heilungsverlauf ungünstig beeinflussen können.

Vereinzelt kommt es auch durch die Grippe zu Todesfällen.

Aufgrund der verhältnismäßig lange zurückliegenden letzten Influenza-Pandemie und des zunehmenden internationalen Reiseverkehrs rechnen Experten weltweit mit einer neuen Pandemie, die sich dann relativ schnell verbreiten könnte.

Schutz vor der Virusgrippe vom Typ Influenza bietet eine Impfung (siehe auch TAD-Info "Gripeschutzimpfung für Angehörige der Feuerwehren in NRW"), die jedes Jahr im Herbst bei allen Hausärzten und in vielen Betrieben durchgeführt wird.

Als weitere, nicht medikamentöse Maßnahmen zum Schutz vor einer Ansteckung empfiehlt die Europäische Gesundheitsbehörde (European Center for Disease Control, ECDC) in Stockholm, übereinstimmend mit der Weltgesundheitsorganisation WHO folgende Verhaltensregeln:

- Regelmäßiges Händewaschen
- Gute "Atemwegs-Hygiene", das heißt sorgfältiges Bedecken des Mundes und der Nase beim Niesen, Husten und Schnäuzen
- Verwendung von Einweg-Taschentüchern
- Im Umfeld von Menschen mit Atemwegserkrankungen, z.B. im medizinischen : Schutzmasken tragen (mindestens empfohlen FFP2)
- Personen die sich fiebrig oder krank fühlen umgehend in häuslicher Umgebung zur Bettruhe anhalten

Für die Feuerwehr empfiehlt sich die strikte Beachtung der Regeln der allgemeinen und Einsatzstellenhygiene (vgl. entsprechende TAD-Info's)

Weitere Informationen über Influenza finden Sie auch auf den Internetseiten des Robert-Koch-Instituts unter

www.rki.de