



Lübeck, Oktober 2023

## Influenza (Grippe)

---

### Erreger

Die Influenza ist eine akute, teilweise lebensbedrohliche Viruserkrankung der Atemwege. Erkältungen oder „grippale Infekte“ dagegen werden von anderen Viren verursacht. In Deutschland kommt es vermehrt in den Wintermonaten zu Grippeepidemien. Influenzaviren verändern sich ständig, weshalb man im Laufe seines Lebens mehrfach an Grippe erkranken kann. Aus diesem Grund wird der Influenza-Impfstoff jedes Jahr neu angepasst. Die Infektionsquelle im Rahmen der sogenannten „Grippewellen“ ist der Mensch.

### Übertragung

Die Grippe ist sehr ansteckend. Beim Niesen, Husten oder Sprechen gelangen kleinste, virushaltige Tröpfchen des Nasen-Rachen-Sekrets von Erkrankten in die Luft und können von anderen Menschen eingeatmet werden. Auch über die Hände werden die Viren weitergereicht. Die Erreger können auch an Türklinken, Haltegriffen, Treppengeländern oder ähnliche Gegenständen haften und von dort über die Hände weitergereicht werden. Die Beachtung hygienischer Grundprinzipien wie regelmäßiges Händewaschen reduziert die Gefahr der Virusübertragung.

### Impfung

Die Ständige Impfkommission (STIKO) empfiehlt die jährliche Impfung gegen die saisonale Influenza für Personen > 60 Jahre, für Personen mit chronischen Erkrankungen und erhöhtem Publikumsverkehr. Ausführliche Informationen sind unter [www.rki.de/stiko](http://www.rki.de/stiko) abrufbar.

### Meldepflicht

Es besteht eine gesetzliche Meldepflicht.

### Krankheitsbild

Die Inkubationszeit (= Zeit zwischen bereits erfolgter Infektion mit Ansteckungsfähigkeit bis zum Auftreten der ersten Symptome) beträgt zwischen 1 bis 3 Tagen (max. 7 Tage). Typisch für eine echte Grippe ist das plötzlich einsetzende schwere Krankheitsgefühl mit Fieber, Halsschmerzen und trockenem Husten, begleitet von Muskel- und Gliederschmerzen und / oder Kopfschmerzen. Bei einem unkomplizierten Verlauf halten die Beschwerden etwa 5- 7 Tage an.

## **Komplikationen**

Schwere Krankheitsverläufe kommen vor allem bei immungeschwächten Personen vor, die im schlimmsten Fall zum Tod führen. Als häufige Komplikationen werden des Weiteren Lungenentzündungen gefürchtet. Bei Kindern können sich auch Mittelohrentzündungen entwickeln. Selten können Entzündungen des Gehirns oder des Herzmuskels auftreten.

## **Therapie**

Der unkomplizierte Verlauf bei immungesunden Erkrankten wird in der Regel symptomatisch behandelt. Bei Verdacht auf einen schweren Verlauf einer Influenza-Erkrankung oder, wenn ein erhöhtes Risiko für einen schweren Verlauf besteht, z. B. wenn Vorerkrankungen oder eine Schwangerschaft vorliegen, kann eine medikamentöse Therapie notwendig werden.

## **Ansteckungsfähigkeit**

Die Ansteckungsfähigkeit beträgt im Durchschnitt etwa 4 bis 5 Tage ab Auftreten der ersten Symptome.

## **Umgang mit Erkrankten und Kontaktpersonen (Hygienerichtlinien, Beispiele)**

Durch das Einhalten von Standardhygienemaßnahmen wie z. B. Händewaschen, Flächendesinfektion sowie Abstandhalten zu Personen mit Symptomen einer akuten Atemwegserkrankung kann das Risiko einer Atemwegsinfektion, inklusive der Influenza, vermindert werden. Beim Husten und Niesen sollten der Mund und die Nase vorzugsweise mit der Ellenbeuge und nicht mit der Hand bedeckt werden. Außerdem sollten Erkrankte regelmäßig ihre Hände waschen und regelmäßig lüften. Grundsätzlich sollten respiratorische Sekrete in Einwegtüchern aufgenommen und anschließend hygienisch entsorgt werden.

## **Kontaktieren Sie uns direkt!**

Allgemeiner Infektionsschutz

Sophienstraße 2-8

23560 Lübeck

Telefon: (0451) 122 – 5369

E-Mail: [infektionsschutz@luebeck.de](mailto:infektionsschutz@luebeck.de)

## **Servicezeiten**

Mo 8:00 – 14:00 Uhr

Di 8:00 – 14:00 Uhr

Mi 8:00 – 12:00 Uhr

Do 8:00 – 18:00 Uhr

Fr 8:00 – 12:00 Uhr

---

Hier finden Sie weitergehende Informationen:

Bzga.de



[www.bzga.de](http://www.bzga.de)

infektionsschutz.de



[www.infektionsschutz.de](http://www.infektionsschutz.de)

luebeck.de/gesundheitsamt



[www.luebeck.de](http://www.luebeck.de)

---

Dieses Merkblatt kann nur einige Hinweise geben und ein persönliches Gespräch nicht ersetzen.