Grippe (Influenza) Impfschutz
Mitarbeiterinformation
Betriebsärztlicher Dienst

Was versteht man unter einer Influenza?

In den Wintermonaten tritt in Deutschland in jedem Jahr die sogenannte Grippewelle auf. Die echte Grippe, auch Influenza genannt, ist eine **akute mitunter sehr ernste Infektionskrankheit und wird durch Grippeviren der Typen A oder B hervorgerufen.** Sie kann einen schweren Verlauf, teilweise mit Todesfällen nehmen und auch ganz gesunde junge Menschen treffen. Mitarbeiter im Gesundheitsdienst sind wegen ihrer Kontakte zu vielen Patienten besonders gefährdet sowohl selbst zu erkranken als auch die Erkrankung an Patienten oder Familienangehörige weiterzugeben.
Sogenannte „Erkältungen“ oder fieberhafte Infekte dagegen werden von anderen Erregern verursacht. Influenzaviren sind sehr tückisch, sie haben die Eigenschaft sich ständig zu verändern und neue Varianten zu bilden. Darum muss man sich jedes Jahr neu impfen lassen, da man ansonsten im Lauf seines Lebens mehrfach an Influenza erkranken kann. Aus diesem Grund wird auch die Zusammensetzung der Influenzaimpfstoffe jedes Jahr neu angepasst.

Wie wird die Grippe übertragen?

Von Mensch zu Mensch

Die Übertragung der Grippeviren erfolgt durch Tröpfchen, die beim Husten, Niesen und Sprechen entstehen. Dabei ist die sogenannte Inkubationszeit (Zeitraum zwischen Kontakt mit dem Krankheitserreger und Auftreten der ersten Krankheitszeichen) sehr kurz, ca 1-2 Tage. Auch Menschen mit geringen Krankheitszeichen können die Erkrankung übertragen. Die Dauer der Infektiosität beträgt ca 4-5 Tage nach dem Auftreten der ersten Krankheitszeichen.

Über verunreinigte Gegenstände

Auch über die Hände können die Grippeviren weitergegeben werden, wenn diese mit virushaltigen Sekreten kontaminiert sind. Die Erreger können an Türklinken oder ähnlichen Gegenständen haften. Werden anschließend Mund, Nase oder Augen berührt, können die Grippeviren **über die Hände** auf die Schleimhäute und damit in den Körper gelangen.

Welche Symptome (Krankheitszeichen) haben Erkrankte?

Die Erkrankung kann unterschiedlich schwer verlaufen. Typisch für die echte Virusgrippe ist ein plötzlicher Krankheitsbeginn mit Fieber, trockenem Husten, ggf. Halsschmerzen, auch Muskel-, Glieder- und Kopfschmerzen sowie ausgeprägtes Krankheitsgefühl mit körperlicher Schwäche und Schüttelfrost können auftreten.
Bei einem unkomplizierten Verlauf liegt die Krankheitsdauer bei etwa 5-7 Tagen.
Eine Grippe-Infektion kann auch leicht oder ganz ohne Symptome verlaufen. Aber auch bei asymptomatischem Verlauf kann das Virus weitergegeben werden.
Wenn Komplikationen auftreten, kommt es vor allem zu Lungenentzündungen, oft durch bakterielle Superinfektionen. Aber auch Entzündungen des Herzmuskels, des Gehirns, bei Kindern Mittelohrentzündungen sind möglich.

©Klinikum Ludwigshafen am Rhein gGmbH
Alle Rechte vorbehalten. Nutzung, Vervielfältigung, Weitergabe und Speicherung nur mit ausdrücklicher Genehmigung.

Ältere Menschen, Schwangere und Menschen mit einer chronischen Grunderkrankung haben ein höheres Risiko ernsthaft zu erkranken.

Wie kann man sich vor einer Influenza am besten schützen?

1.Impfung

Der beste Schutz gegen die Grippe ist eine Impfung, sie reduziert das Erkrankungsrisiko deutlich. Sie sollte jährlich verabreicht werden, am besten in den Monaten Oktober/November, aber auch später ist noch eine Impfung möglich, da man ja nicht weiß wie lange die Grippewelle jeweils anhält. **Da es sich bei den von uns verwendeten Impfstoffen um einen Totimpfstoff handelt, kann durch die Grippeimpfung keine Grippe ausgelöst werden.**
Die Schutzwirkung der Impfung tritt nach 1-2 Wochen ein.

Die Ständige Impfkommission (STIKO) empfiehlt die Grippeimpfungen u.a. in folgenden Fällen:

- Personen mit erhöhter Gefährdung sich und andere anzustecken, z.B. medizinisches Personal oder Personal in Einrichtungen mit umfangreichem Publikumsverkehr sowie Personen, die als mögliche Infektionsquelle für von Ihnen betreute Risikopersonen fungieren können
- Personen mit erhöhter Gefährdung durch direkten Kontakt zu Geflügel und Wildvögeln
- Bewohnern von Alten- und Pflegeheimen
- Personen> 60 Jahre
- Schwangeren ab dem 2. Schwangerschaftsdrittel, bei chronischen Grunderkrankungen schon ab dem 1. Schwangerschaftsdrittel
- Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen mit erhöhter gesundheitlicher Gefährdung infolge eines Grundleidens, wie z.B. chronische Krankheiten der Atmungsorgane (incl. COPD und Asthma), chronische Herz-Kreislauferkrankungen, Leber- oder Nierenkrankheiten, Diabetes oder andere Stoffwechselkrankheiten, chronische neurologische Krankheiten wie Multiple Sklerose, angeborene oder später erworbene Störungen des Immunsystems, HIV-Infektion

2.Hygiene

- waschen Sie sich gründlich die Hände auch zwischen den Fingern mit Wasser und Waschlotion, halten Sie die Hände vom Gesicht fern und verwenden Sie zum Abtrocknen ein Papiertuch. Besonders dann, wenn Sie Kontakt zu Erkrankten hatten oder Gegenständen, die Erkrankte berührt haben.
- Berühren Sie so wenig wie möglich mit Ihren Händen die Schleimhäute von Augen, Mund und Nase.
- Husten oder niesen Sie in ein Einmaltaschentuch oder in die Ellenbeuge
- Tragen sie immer ihren Mund-Nase-Schutz
- Beachten Sie die Informationen der Hygieneabteilung in unserem QM Handbuch

©Klinikum Ludwigshafen am Rhein gGmbH
Alle Rechte vorbehalten. Nutzung, Vervielfältigung, Weitergabe und Speicherung nur mit ausdrücklicher Genehmigung.

Mögliche Impfnebenwirkungen:

In der Regel ist der saisonale Grippeimpfstoff (Vierfachimpfstoff) gut verträglich. Vorübergehend kann es an der Impfstelle zu leichten Schmerzen und Lokalreaktionen kommen, auch Allgemeinreaktionen sind möglich. In seltenen Fällen kann es z.B. zu allergischen Reaktionen, Fieber und neurologischen Symptomen kommen. In der Regel klingen die Nebenwirkungen rasch ab.
Möchten Sie mehr über Nebenwirkungen wissen, nutzen Sie das ärztliche Gespräch mit uns.

Wann darf ich nicht geimpft werden (Gegenanzeigen)

Wenn Sie allergisch gegen einen der Inhaltsstoffe der Impfung sind (z.B. gegen Hühnereiweiß) Wenn bei Ihnen eine akute behandlungsbedürftige fieberhafte Erkrankung vorliegt, sollten Sie zu diesem Zeitpunkt nicht geimpft werden, die Impfung sollte aber so bald wie möglich nachgeholt werden wenn Sie sich wieder wohl fühlen

Was mache ich bei einer akuten Influenza-Erkrankung?

Damit Sie andere Menschen nicht anstecken, bleiben Sie in der akuten Krankheitsphase bitte zu Hause, halten Sie Bettruhe ein. Das Krankenzimmer sollte regelmäßig gelüftet werden. Wenn sich die Erkrankungszeichen verschlimmern, halten Sie bitte Rücksprache mit Ihrem behandelnden Hausarzt.

Welche Impfungen sind noch für mich wichtig?

Bei Personen > 60 Jahren oder chronischen Grunderkrankungen spielt für Sie auch die Pneumokokkenimpfung und Impfung gegen RSV eine Rolle.
Weitere Informationen zu im Krankenhaus wichtigen Impfungen (TdPertussis, VzV, MMR, Hepatitis A+B) erhalten Sie in der Regel bei der arbeitsmedizinischen Vorsorge.

Bleiben Sie gesund

Dr. Claudia Merk
Fachärztin für Arbeitsmedizin

Weitere Fachinformationen können Sie z.B. im Internet auf den Seiten des Robert Koch-Institutes (www.rki.de) oder der der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (www.impfen.de) finden.

©Klinikum Ludwigshafen am Rhein gGmbH
Alle Rechte vorbehalten. Nutzung, Vervielfältigung, Weitergabe und Speicherung nur mit ausdrücklicher Genehmigung.

©Klinikum Ludwigshafen am Rhein gGmbH
Alle Rechte vorbehalten. Nutzung, Vervielfältigung, Weitergabe und Speicherung nur mit ausdrücklicher Genehmigung.