



GRIPPE

WAS SIE WISSEN SOLLTEN



SIND SIE SICHER, DASS SIE DIE RICHTIGEN SCHUTZMAßNAHMEN ERGREIFEN,
UM SICH GEGEN GRIPPE ZU SCHÜTZEN?

INFORMIEREN SIE SICH! LASSEN SIE SICH IMPFEN! SCHÜTZEN SIE SICH!



WAS IST GRIPPE?

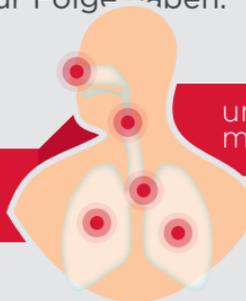
Die Grippe (saisonale Influenza) ist eine ernstzunehmende Erkrankung! Jedes Jahr infizieren sich zwischen 5 und 15 Prozent der Bevölkerung mit der Grippe. Für die meisten Menschen ist eine Grippeinfektion lediglich eine unangenehme Erfahrung. Bei manchen Menschen, insbesondere solchen, die ein höheres Risiko für grippebedingte Komplikationen aufweisen, kann sie schwerwiegende Erkrankungen zur Folge haben.

GRIPPE INFIZIERT DIE ATEMWEGE

NASE

HALS

BRONCHIEN



und
manchmal

LUNGE

Die saisonale Grippe wird durch humane Influenzaviren verursacht und betrifft die Atemwege (Nase, Rachen, Bronchien und manchmal die Lunge). Wenngleich manche Infektionen glimpflich verlaufen können, zeigen Menschen, die sich mit Grippe infizieren häufig einige oder alle diese Symptome.

Wenn Sie ein hohes Risiko aufweisen, ist es wichtig, dass Sie den Anweisungen Ihres Arztes folgen, um schwerwiegende grippebedingte Komplikationen zu vermeiden

RISIKOGRUPPEN

- + Asthma oder Atemwegerkrankungen
- + Diabetes und andere endokrine Erkrankungen
- + Herzerkrankungen
- + Nierenerkrankungen
- + Lebererkrankungen
- + Stoffwechselerkrankungen
- + Neurologische Erkrankungen
- + Schwaches Immunsystem
(aufgrund der Erkrankung oder Behandlung)



WELCHE SYMPTOME TRETEN AUF?

GRIPPE- SYMPTOME

Fieber | Entzündeter Rachen | Laufende Nase | Trockener Husten
Müdigkeit | Kopfschmerzen | Muskelschmerzen

Mögliche Komplikationen sind Lungenentzündung, Ohrenentzündung, Nebenhöhlenentzündung, Dehydrierung und Verschlechterung chronischer Erkrankungen wie Herzfehler, Asthma oder Diabetes. Bei älteren Menschen kann Grippe in eigenen Fällen Herzerkrankungen auslösen oder verschlimmern, was zu Herzinfällen und Schlaganfällen führen kann.

WIE WIRD GRIPPE ÜBERTRAGEN?

Grippe wird von Mensch zu Mensch übertragen



- über direkten Kontakt durch Tröpfcheninfektion von einer infizierten Person durch Husten oder Niesen.
- über indirekten Kontakt, wenn sich Tröpfchen oder Sekrete aus der Nase oder dem Rachen an Oberflächen, wie den Händen, absetzen. Das Virus kann sich von dort aus auf andere Menschen übertragen, wenn diese ihr Gesicht berühren.

WAS KANN ICH TUN, UM MICH GEGEN DIE GRIPPE ZU SCHÜTZEN?

Wie Sie sich und andere gesund durch den Winter bringen:

Lassen Sie sich impfen, bevor die Grippesaison beginnt.

Sich jedes Jahr im Herbst gegen die saisonale Grippe impfen zu lassen reduziert das Risiko, in den folgenden Monaten an Grippe zu erkranken. Die Effektivität des Impfstoffes kann von Jahr zu Jahr variieren, je nachdem, welcher Virus in der entsprechenden Saison zirkuliert. Die Grippeimpfung beinhaltet keine lebenden Grippeviren. Dies bedeutet, dass hierdurch keine Grippeerkrankung oder andere Infektionen ausgelöst werden können.

Andere präventive Maßnahmen zur Eindämmung der Grippe sind:

Waschen Sie Ihre Hände regelmäßig mit Seife und Wasser.

Schützen Sie Mund und Nase mit einem Taschentuch, wenn Sie niesen.

Werfen Sie benutzte Taschentücher weg.

Benutzen Sie Taschentücher nicht zweimal. Der Virus kann zeitweilig außerhalb des Körpers überleben, sodass Sie sich durch Berührung mit benutzten Taschentüchern infizieren können.

Wenn Sie kein Taschentuch zur Hand haben: Niesen Sie in ihren Arm, wobei Sie Mund und Nase komplett bedecken.

Bleiben Sie zu Hause, wenn Sie krank sind.

Suchen Sie medizinische Hilfe auf, falls sich Ihr Zustand verschlechtert.

WARUM IST EINE GRIPPEIMPfung JEDES JAHR NÖTIG?

Grippeviren verändern sich ständig und es ist nicht unüblich, dass jedes Jahr ein neuer Virus auftritt. Die jährliche Impfung ist der einzige und effektivste Weg, sich vor saisonaler Grippe zu schützen.

RISIKEN

VERBUNDEN MIT EINER GRIPPEINFEKTION

Häufige Komplikationen

- Lungenentzündung
- Ohrinfektion
- Nebenhöhlenentzündung
- Entzündungen des Herzmuskels
- Herzbeutelentzündung (Perikarditis)
- Verschlechterung chronischer Erkrankungen (z. B. angeborener Herzfehler)

Seltene Komplikationen

- Sepsis
- Gehirnentzündung
- Tod

VERBUNDEN MIT DER GRIPPEIMPfung

Häufige Nebenwirkungen (<1/100 Impfungen)

- Schmerzen, Rötungen und/oder Schwellungen an der Injektionsstelle
- Kurzzeitiges Fieber (1-2 Tage), ggf. hoch (>39 C°) bei Kindern
- Kurzzeitige Ermüdung (1-2 Tage)
- Muskelschmerzen (1-2 Tage)
- Nebenwirkungen treten häufiger bei Kindern auf, die zuvor noch nicht mit dem Impfstoff in Berührung gekommen sind

Seltene Nebenwirkungen (<1/1.000 Impfungen)

- Allergische Reaktionen (Nesselsucht)

Sehr seltene Nebenwirkungen (<1/10.000 Impfungen)

- Schwere allergische Reaktion (Anaphylaxie)
- Gefühl des Kribbelns und Brennens in verschiedenen Körperteilen (Parästhesie)
- Guillain-Barré-Syndrom (<1/1.000.000 Impfungen)



HProImmune

Promotion of Immunization for Health Professionals in Europe

www.hproimmune.eu



**TECHNISCHE
UNIVERSITÄT
DRESDEN**



Co-funded by
the Health Programme
of the European Union