

SO SCHÜTZEN SIE SICH UND ANDERE VOR DER GRIPPE!

Informationen für Patienten, Besucher und Angehörige

Was ist eine saisonale Grippe – und was eine Erkältung?

Auch wenn sich die Symptome auf den ersten Blick ähneln und wir umgangssprachlich schon bei einem Schnupfen von „Grippe“ reden: Eine Grippe (Influenza) und eine Erkältung (Schnupfen, grippaler Infekt) sind ganz verschiedene Krankheiten. Die Influenza, auch „echte“ Grippe oder Virusgrippe genannt, ist eine durch Viren ausgelöste, schwere Infektionskrankheit beim Menschen.

Typische Grippesymptome:

- Plötzlicher auftretender Krankheitsbeginn mit Fieber ($> 38,5^{\circ}\text{C}$)
- Ausgeprägtes Krankheitsgefühl im ganzen Körper
- Trockener Reizhusten
- Kopf-, Hals-, Muskel- und Gliederschmerzen
- Abgeschlagenheit und manchmal Übelkeit/Erbrechen

Bewährt und aktuell zugleich: die Impfung

Die Schutzimpfung ist die **sicherste Schutzmaßnahme** gegen die – landläufig **Grippe** genannte- **Influenza**. **Impfstoffe gegen die saisonale Grippe gibt es seit vielen Jahren. Sie sind in zahlreichen Studien getestet und haben sich in millionenfacher Anwendung bewährt.** Da sich Grippeviren leicht verändern können, werden die Impfstoffe jedes Jahr entsprechend angepasst, damit ein bestmöglicher Schutz erzielt werden kann.

So wird Grippe übertragen:

Grippeviren verbreiten sich über Tröpfcheninfektion, besonders durch Husten und Niesen. Schon einen Tag vor dem Auftreten der Symptome können Infizierte die Viren auf andere übertragen. Die Dauer der Ansteckung beträgt etwa vier bis sieben Tage.

Immer nützlich: Hygienisches Verhalten

Grippeviren sind sehr ansteckend. Ergänzend zur Impfung können Sie mit einigen einfachen hygienischen Maßnahmen das Ansteckungsrisiko verringern. So schützen Sie sich und Ihre Mitmenschen nicht nur vor der Ansteckung mit Grippe, sondern auch vor weiteren Infektionskrankheiten.

Händewaschen

Gerade in der Grippezeit sollten die Hände häufiger gewaschen werden. Die gründliche Reinigung der Hände ist eine der wichtigsten Präventionsmaßnahmen zur Grippezeit. Dabei sollte die Seife mind. 20 Sekunden lang gründlich verrieben werden. Danach sollten die Hände mit einem sauberen Handtuch gut abgetrocknet werden.

Besuch im Krankenhaus

Da für Menschen, die wegen einer anderen Erkrankung im Krankenhaus liegen, eine besondere Ansteckungsgefahr besteht, verzichten Sie bitte vorerst auf Besuche im Krankenhaus, wenn Sie selber grippeähnliche Symptome vorweisen.

Ihr Angehöriger wird es Ihnen danken!

Wenn Sie Ihren an Grippe erkrankten Angehörigen im Krankenhaus besuchen möchten, melden Sie sich vor Betreten des Zimmers beim Stationspersonal und halten Sie sich an die empfohlenen Isolierungsmaßnahmen:

- Legen Sie die Schutzkleidung an
- Vermeiden Sie engen Kontakt mit dem Erkrankten
- Desinfizieren Sie sich bei Verlassen des Zimmers die Hände

Mit freundlicher Empfehlung, Ihr Hygiene-Team im St.-Antonius-Hospital
hygiene@sah-eschweiler.de



Wir und alle für den Patienten!

