

# Die Grippe - eine virale Krankheit

## *Immunsystem stark geschwächt*

Grippe (Influenza) ist eine Infektion der Atemwege durch so genannte Influenza-Viren. Diese Viren schädigen die Schleimhaut der Atemwege, Dadurch wird unter Umständen der Eintritt von viralen Giftstoffen (Toxine) oder bestimmten Bakterien in den Körper ermöglicht. Nach einem meist akuten Krankheitsbeginn schliesst sich eine bisweilen wochenlange Genesung mit einem häufig quälenden Reizhusten an. Dabei wird das Immunsystem so stark geschwächt, dass der Körper für weitere schwere Infektionen anfälliger wird.

## *Ansteckungsgefahr gross*

Es ist keine Heldentat, mit ersten Grippe-Symptomen trotzdem zur Arbeit zu gehen, denn die Krankheit ist sehr ansteckend. Die Folgen sind Grippe-Epidemien. Globale Epidemien oder Pandemien (Ausbreitung einer Infektionskrankheit über Länder und Kontinente) waren seit der Pandemie vom 1918/19 (spanische Grippe), bei der mehr als 20 Millionen Menschen verstarben, alle zehn bis 15 Jahre zu verzeichnen.

Die Viren werden über Tröpfcheninfektion (z.B. Niesen, Husten) übertragen. Dabei merken Personen in nächster Umgebung zunächst gar nicht, dass sie angesteckt wurden. Zwischen Ansteckung und Ausbruch der Krankheit liegen ein bis drei Tage (die sogenannte Inkubationszeit). Infizierte Menschen können in dieser Inkubationszeit wiederum andere anstecken.

Eine Grippe überfällt einen mit hohem Fieber, oft höher als 39°C und Frösteln. Es folgen Muskel- und Gliederschmerzen und massive Kopfschmerzen. Man ist abgeschlagen, müde und leidet an einem Schwächegefühl. Hinzu kommen Halsschmerzen und Schluckbeschwerden, dann ein trockener Husten mit zähem Schleim. Die Augen beginnen zu brennen. Sowohl eine gewöhnliche Erkältung als auch die Grippe werden durch Viren verursacht.

## *Was kann man gegen Grippe tun?*

Of ist keine eindeutige Aussage über die Erkrankung möglich, und es wird der Begriff „grippaler Infekt“ gewählt. Antibiotika sind bei reiner Grippe wirkungslos, da sie Viren nicht bekämpfen können. Der Arzt kann grippale Symptome wie Fieber oder Schmerzen lindern und eine Schädigung anderer Organe durch zusätzliche bakterielle Infektionen (z.B. eine Lungenentzündung) eventuell mit Antibiotika behandeln.

Die spezifische Behandlung der Grippe ist seit einiger Zeit mit neuen Medikamenten (so genannten Neuraminidase-Hemmern) möglich. Um ihre Wirkung entfalten zu können, müssen diese Medikamente spätestens 72 Stunden nach Infektion oder 48 Stunden nach Auftreten der ersten Symptome eingenommen werden. Man kann sich aber auch gegen Grippe impfen lassen. Der optimale Zeitraum dafür liegt zwischen Oktober und November eines jeden Jahres, da zu diesem Zeitpunkt die Virusstämme, die aus dem asiatischen Raum erwartet werden, bereits identifiziert sind und Impfsorten entwickelt werden konnten.

Bei jungen Personen, die keine zusätzliche Erkrankung haben, verläuft die Grippe in der Regel ohne Komplikationen. Kinder, ältere Menschen mit Vorerkrankungen und Patienten mit Abwehrschwäche sind gefährdet, verschiedene schwere Komplikationen zu erleiden. Durch Zweitinfektionen mit Bakterien und zusätzlich anderen Viren können Lungenentzündung oder Entzündungen der Nebenhöhlen und des Ohres, aber auch Herzmuskelentzündungen entstehen. Im schlimmsten Fall kann es sogar zu Hirnhaut- und Hirnentzündung kommen.

## *Ratschlag*

- Bleiben Sie zu Hause, halten Sie Bettruhe ein und schonen Sie sich, bis die Krankheit vollständig vorüber ist.
- Trinken Sie reichlich, da Sie aufgrund des Fiebers viel Flüssigkeit verlieren.
- Wenden Sie fiebersenkende Massnahmen (z.B. Wadenwickel) oder Medikamente an.
- Suchen Sie umgehend ihren Hausarzt auf, spätestens, wenn die Beschwerden nach 2 Tagen noch nicht abgenommen haben.
- -Sollten trotz Behandlung heftige Ohren- oder Halsschmerzen, schmerzender Husten, eitriger Auswurf, Fieber über 39°C und Atembeschwerden auftreten, informieren Sie umgehend ihren Arzt.
- Rauchen Sie nicht.

## **Wer ist der „Bösewicht“ im Körper?**

Influenza-Viren lassen sich in drei Typen (A,B,C) unterteilen:

Das Influenza-A-Virus ist der häufigste Erreger von Epidemien und Pandemien. Kleine genetische Veränderungen des Erregers, in der Medizin Antigen-Drift genannt, verursachen alle zwei bis drei Jahre Epidemien. Durch Vermischung mit tierischen Influenza-Viren entstehen grössere Veränderungen des Influenza-A-Virus (sogenannter Antigen-Shift). Gegen dieses stark veränderte Virus besteht in der Bevölkerung keine Abwehr (Immunität). Deshalb kommt es in regelmässigen Zeitabständen zu gefährlichen Grippe-Pandemien.

Das Influenza-B-Virus tritt vor allem bei Kindern und Jugendlichen auf, der Verlauf der Erkrankung ist im Allgemeinen milder.

Influenza-C-Viren spielen praktisch keine Rolle bei den Grippe-Infektionen. Besonders Kinder, ältere Menschen mit Vorerkrankungen und Patienten mit Abwehrschwäche sind durch die Grippe und die daraus resultierenden Komplikationen gefährdet.