



## MERKBLATT-INFLUENZA-PANDEMIE

### Was ist Influenza?

Influenza ist eine hochinfektiöse Erkrankung der Atemwege, welche durch das Influenzavirus verursacht wird.

### Was sind die Symptome? (in der Pandemie: entsprechend der WHO – Falldefinition)

Plötzlicher Krankheitsbeginn UND eines oder mehrere der folgenden Symptome

- Fieber über 38 °C
- Muskelschmerzen
- trockener Husten
- Kopfschmerzen
- Halsschmerzen
- schwere Erschöpfung

### Wie wird Influenza verbreitet?

Influenza wird durch sogenannte Tröpfchen, die beim Husten oder Niesen aus Mund oder Nase geschleudert werden, übertragen. Außerdem ist die Übertragung auch über durch das Influenzavirus verunreinigte Oberflächen (z.B. Arbeitsflächen, Gegenstände) oder über die Hände, möglich. Erwachsene sind in der Regel bis fünf Tage nach Auftreten der Symptome infektiös, Kinder sieben Tage oder länger.

### Wie lange dauert die Erkrankung?

Ungefähr 1 Woche bei komplikationslosem Verlauf

### Wie kann die Ansteckung mit und Verbreitung von Influenza verhindert werden?

- Vermeiden Sie Menschenansammlungen (Kino, Theater, Märkte, Massenverkehrsmittel)
- (Einschränkungen werden im Anlassfall verfügt: z.B. Gehen Sie nur wenn unbedingt notwendig zur Arbeit, Schule oder Universität; schicken Sie Ihr Kind nicht in den Kindergarten)
- Vermeiden Sie den engen Kontakt zu anderen Menschen
- Tätigen Sie nur unbedingt notwendige Einkäufe
- Verwenden Sie nur eigenes Geschirr, Gläser und Besteck
- Vermeiden Sie Händekontakt (Händeschütteln)
- (Tragen Sie Mundschutzmasken)

## Anhang 1

- ( Lassen Sie sich und Ihre Kinder mit dem gängigen Impfstoff, der u.U. Teilschutz bieten kann, impfen)

### **Wenn Sie dennoch erkranken**

- Vermeiden Sie den engen Kontakt zu nicht infizierten Verwandten und Freunden
- Verwenden Sie nur Einmal-Taschentücher, die Sie sicher in Plastiksäcken entsorgen
- Trinken Sie viel Flüssigkeit
- Vermeiden Sie körperliche Tätigkeit
- Halten Sie unbedingt Bettruhe ein
- Nehmen Sie regelmäßig Ihre vorgeschriebene Medikation
- Vermeiden Sie Aspirin, wenn Sie unter 15 Jahre sind oder wenn Sie bestimmte Gerinnungshemmer einnehmen
- Bei starken Schmerzen verwenden Sie übliche Schmerzmittel, wie z.B. Paracetamol (Einnahme nach ärztlicher Information oder Beipacktext, maximal 8 x 500 mg/Tag)

### **Kontaktieren Sie Ihre/n Hausärztin/-arzt, wenn Sie an sich Symptome der Influenza bemerken und außerdem eine der folgenden Voraussetzungen auf Sie zutrifft:**

- Alter über 60 Jahre
- Schwangerschaft
- Bestimmte Arzneimitteltherapie
- Asthma (orale Steroide, Krankenhausaufnahme)
- Emphysem oder chronisch obstruktive Atemwegserkrankung
- Diabetes
- Herzerkrankungen
- Organtransplantation
- Abwehrschwäche (z.B. Kortison-, Chemotherapie,...)

### **Kontaktieren Sie sofort Ihre/n Hausärztin/-arzt, wenn bei bestehender Influenza - **trotz Einhalten der vorhergehenden Empfehlungen** - einer der folgenden Fälle eintritt**

- Ausschlag
- Extreme Müdigkeit (Schläfrigkeit)
- Verschlechterung des Zustandes
- Kurzatmigkeit
- Stechende Schmerzen in der Brust beim tiefen Einatmen

### **Spezifische Therapie und Impfung**

Werden im Anlassfall definiert

### **Helfen Antibiotika?**

Antibiotika haben gegen Viren keine Wirkung, sodass sie auch gegen Influenza nicht wirksam sind. Ärzte/-innen verschreiben manchmal trotzdem bei Virusinfekten Antibiotika, um bakterielle Infektionen der durch das Virus geschädigten Schleimhäute (Gewebe) zu verhindern.