



Merkblatt Influenza

Stand 01/24

Erreger:

Die Influenza ist eine akute hoch ansteckende Atemwegsinfektion, die durch Influenzaviren übertragen wird. Influenzavirus-Infektionen sind weltweit verbreitet. Die Influenza-Viren werden in die Typen A, B und C unterteilt, für die Menschen sind nur die Typen A und B bedeutsam.

Kurz vor Einsetzen der Krankheitszeichen ist die Ansteckungsfähigkeit am größten. Die Viren vermehren sich in den Zellen des gesamten Atemtraktes. Sie sind labordiagnostisch nachweisbar durch Virusisolierung, den genetischen Nachweis des Virus (PCR) oder den Antigennachweis (z. B. ELISA incl. Influenza-Schnelltest, Immunfluoreszenztest IFT).

Wie werden die Viren übertragen?

Beim Husten oder Niesen werden die Viren über Schleimtröpfchen ausgestoßen und durch Tröpfcheninfektion, direkten Kontakt (z. B. Hände geben) oder Kontaktinfektion über Gegenstände, die mit solchen Tröpfchen „verunreinigt“ sind, weiterverbreitet. Auf unbelebten Oberflächen können Viren in Abhängigkeit von der Temperatur mehrere Tage überleben. Je mehr Menschen eng zusammenkommen (Menschenansammlung, kleine Räume), desto günstiger sind die Bedingungen für die Ausbreitung der Influenza. Erkrankte sind 3 Tage bis ca. eine Woche ansteckungsfähig, Kinder sogar etwas länger (bis 10 Tage)!

Wie sehen die Krankheitszeichen aus?

Nach der Infektion treten innerhalb von 24 bis 48 Stunden die ersten Krankheitszeichen auf. Charakteristisch ist ein plötzlicher Beginn mit hohem Fieber (38,5° C oder höher), schwerem Krankheitsgefühl, trockenem Husten, Halsschmerzen, Muskel-, Glieder-, Rücken- oder Kopfschmerzen. Die Krankheit dauert bei komplikationslosem Verlauf 5 – 7 Tage. Bei gesundheitlich beeinträchtigten Personen ist aufgrund der verminderten Abwehrfunktion das Risiko einer bakteriellen Superinfektion der durch das Influenza-Virus geschädigten Atemwegsschleimhaut besonders hoch, was für den weiteren Krankheitsverlauf entscheidend sein kann. Neben der Lungenentzündung sind Erkrankungen am Herzen oder am zentralen Nervensystem als Komplikationen gefürchtet. Auf der nördlichen Halbkugel treten saisonale Influenzähäufungen von Oktober bis April auf. In tropischen Regionen sind Influenza-Infektionen ganzjährig möglich. Deshalb ist bei Reisenden mit akuten Atemwegserkrankungen auch an eine Influenza zu denken.

Therapie der Influenzavirus-Infektion:

Antibiotika haben gegen Viren keine Wirkung und sind somit auch gegen Influenza nicht wirksam. Ärzte verschreiben trotzdem manchmal bei Virusinfektionen Antibiotika, um zusätzliche bakterielle Infektionen der durch das Virus geschädigten Schleimhäute zu verhindern.

Für die Therapie der Influenza stehen in Deutschland Neuraminidase-Hemmer zur Verfügung. Die Therapie sollte innerhalb von 48 Stunden nach Auftreten der ersten Krankheitszeichen beginnen. Die Notwendigkeit, frühzeitig mit der Behandlung zu beginnen, macht eine schnelle diagnostische Abklärung erforderlich. Zur Abgrenzung von anderen

Atemwegserkrankungen steht ein Schnelltest für Influenza A und B (Nasen-Rachen-Abstrich) zur Verfügung.

Generell gilt beim Auftreten von Infektzeichen: Bettruhe einhalten, körperliche Belastung vermeiden, Kontakt zu nicht erkrankten Personen auf das Nötigste reduzieren, ausreichend Flüssigkeit trinken. Die aus anderen Gründen vom Arzt verordneten Medikamente sind in der gewohnten Art und Weise weiter einzunehmen.

Wenn sich trotz der empfohlenen Maßnahmen die Zeichen einer Influenza verstärken oder eines der nachfolgenden Kriterien zutrifft, ist der behandelnde Hausarzt zu verständigen oder, sollte dieser nicht erreichbar sein, die nächste Klinik:

Schwangerschaft, Alter über 60 Jahre, Einnahme von Arzneimitteln, die das Abwehrsystem beeinflussen (z. B. Cortison), Chemotherapie, Diabetes mellitus, Herzkrankheit, chronische Erkrankung der Atmungsorgane, Organtransplantation oder eine andere schwere Krankheit.

Dringende Gründe, bei einer Influenza-Infektion einen Arzt hinzuzuziehen bzw. die nächste Klinik aufzusuchen, sind auch:

Ausschlag, extreme Müdigkeit (Schläfrigkeit), Verschlechterung des Zustandes, Kurzatmigkeit, stechende Schmerzen in der Brust beim tiefen Einatmen, Blutungen der Haut oder der Schleimhäute.

Schutzmaßnahmen bei Influenza- Infektionen:

Folgende einfache Hygieneregeln im täglichen Umgang sollten beachtet werden:

- Hände geben sowie Anhusten oder Anniesen anderer Personen sollten vermieden werden.
- Nach Husten, Niesen und dem Naseputzen ist eine hygienische Händedesinfektion, zumindest aber eine Händewaschung, durchzuführen.
- Nach Möglichkeit sollten Einmaltaschentücher verwendet werden, die in einer flüssigkeitsdichten Plastiktüte gesammelt und hinterher verschlossen in den Hausmüll entsorgt werden.
- Ein unnötiges Berühren von Augen, Nase oder Mund sollte vermieden werden, da in diesen Schleimhautbereichen vermehrt Viren nachweisbar sind.
- Nach Personenkontakt (Händegeben), Benutzung von Sanitäreinrichtungen und vor dem Essen sind die Hände gründlich zu waschen und ggf. zu desinfizieren mit einem Händedesinfektionsmittel. Um eine Austrocknung der Haut zu vermeiden, ist auf eine ausreichende Hautpflege zu achten.
- Räume sollten regelmäßig intensiv belüftet werden (Stoßlüftung) über mindestens 10 Minuten mehrmals täglich.
- Der Kontakt zu möglichen erkrankten Personen ist zu vermeiden.
- Besonders zum Schutz von Säuglingen, Kindern, Personen mit chronischen Krankheiten, Krebspatienten und anderen Personen mit geschwächter Abwehrfunktion sollte eine Absonderung erkrankter Personen zumindest für die Dauer der Krankheit (ca. eine Woche) erfolgen und ist im Einzelfall mit dem behandelnden Arzt abzusprechen.
- In Krankenhäusern und Pflegeeinrichtungen sollte die Häufigkeit der Besuche während der Ansteckungsfähigkeit des Erkrankten reduziert werden (Rücksprache mit der Stations- bzw. Heimleitung).
- Auf den Besuch von Theater, Kino, Diskothek, Märkten, Kaufhäusern oder anderer Menschenansammlungen sollte während der Zeit der Ansteckungsfähigkeit verzichtet werden.

- Hygieneartikel, Handtücher und Waschhandschuhe sind personenbezogen zu verwenden. Leib- und Bettwäsche sowie Handtücher und Waschhandschuhe sind mit einem Vollwaschmittel bei mindestens 60°C zu waschen. Geschirr kann wie üblich gereinigt werden.
- Durch das Tragen eines Mund-Nasen-Schutzes kann die Infektionsgefahr vermindert werden.

Vorbeugende Schutzmaßnahmen:

Von der Ständigen Impfkommission (STIKO) wird zum Schutz vor der Influenza eine jährliche Impfung empfohlen. Sie ist die wirksamste Maßnahme, eine Erkrankung zu verhindern.

Da die Influenza-Viren eine laufende Veränderung ihrer Oberflächenantigene erfahren, ist eine Anpassung an die aktuelle epidemiologische Lage notwendig. Die Zusammensetzung des Impfstoffes mit den typischen Oberflächenantigenen des Virus beruht auf den jährlichen Empfehlungen der WHO. Da es sich um einen Totimpfstoff handelt, können sich die Viren nicht im Körper des Impflings vermehren und damit nicht zu einer so genannten „Impfgrippe“ führen.

Die Impfung wird von der STIKO für Personen über 60 Jahre, Immunsupprimierte, Bewohner von Alten- und Pflegeheimen sowie für medizinisches Personal empfohlen. Für Baden-Württemberg wird die Schutzimpfung gegen Influenza ohne Einschränkung empfohlen. Nicht gegen Influenza geimpft werden dürfen Personen mit bekannter Überempfindlichkeit gegen Impfstoff-Bestandteile (z. B. Hühner-Eiweiß). Bei akuten fieberhaften Infektionen sollte frühestens 2 Wochen nach der Genesung geimpft werden.

Gesetzliche Bestimmungen:

Es besteht nach dem Infektionsschutzgesetz eine Meldepflicht an das örtlich zuständige Gesundheitsamt

- gemäß § 7 bei Erregernachweis durch das untersuchende Labor,
- gemäß § 34 Abs. 6 für die Leiter von Gemeinschaftseinrichtungen, in denen überwiegend Säuglinge, Kinder oder Jugendliche betreut werden im Falle einer Häufung von Erkrankungen in epidemiologischem Zusammenhang,
- beim gehäuftem Auftreten von Influenza in einer stationären Einrichtung (z. B. Krankenhaus, Pflegeheim), wenn wahrscheinlich ist oder vermutet wird, dass diese Infektionskrankheit sich dort weiterverbreitet.

Personen mit Krankheitssymptomen sollten Gemeinschaftseinrichtungen, in denen überwiegend Säuglinge, Kinder oder Jugendliche betreut werden, während der akuten Krankheitsphase nicht betreten, nicht an Veranstaltungen teilnehmen und nicht in solchen Gemeinschaftseinrichtungen tätig werden.

Weitere Informationen unter www.rki.de → Influenzaseiten des RKI.