

Die neue Grippe („Schweinegrippe“)

Allgemeine Informationen über Influenzaviren

Seit Jahrtausenden erkranken Menschen immer wieder an einem Infekt durch Influenzaviren. Mediziner sprechen in solchen Fällen von einer echten Grippe und unterscheiden diese von banalen Erkältungskrankheiten durch verschiedene Viren, die zunächst ähnliche Symptome zeigen und daher häufig allgemein auch als „Grippe“ bezeichnet werden. Influenzaviren sind in der Lage, seine Struktur durch verschiedene Mechanismen immer wieder so zu verändern, dass auch Personen erkranken können, die bereits in den vorangegangenen Jahren eine Influenza durchlebt und dadurch Antikörper gebildet hatten (Antigendrift). Außerdem kann das Virus Teile seiner genetischen Information zwischen verschiedenen Subtypen austauschen und neu zusammensetzen (Antigenshift), wenn Patienten mit verschiedenen Subtypen gleichzeitig infiziert sind.

Nach stärkeren Veränderungen des Influenzavirus kommt es daher immer wieder zu weltweiten Ausbrüchen der Erkrankung (Pandemien). Das schlimmste Ereignis dieser Art war die Spanische Grippe von 1918/1919, an der mehr Menschen starben als im ersten Weltkrieg.

Wir sind jedoch heute auf Grippe-Pandemien wesentlich besser vorbereitet als in den vergangenen Jahrzehnten. So werden jedes Jahr aktuell angepasste Impfstoffe entwickelt, die an besonders gefährdete Personen verabreicht werden. Noch immer sterben jedoch in Deutschland in jedem Jahr deutlich mehr als 10.000 Personen an der Influenza, vor allem aber an bakteriellen Superinfektionen im Verlauf der Grippeerkrankung.

Die einer möglichen Pandemie zugrunde liegenden Influenzaviren werden durch eine Tröpfcheninfektion von erkrankten auf gesunde Personen übertragen.

Besonders das Ausatmen, Sprechen sowie Niesen und Husten ermöglicht eine Verbreitung der Viren im Bereich von circa 1,5 m in der näheren Umgebung. Beim Niesen z.B. werden Millionen Viren im unmittelbaren Umfeld verstreut. Kommen die Infektionserreger mit den Schleimhäuten von Mund, Nase oder Auge in Kontakt, wird das Virus innerhalb kürzester Zeit vervielfältigt und die hoch ansteckende Erkrankung nimmt ihren Lauf.

Darüber hinaus ist aber auch eine Ansteckungsmöglichkeit durch direkten Kontakt der Hände mit Oberflächen gegeben, an denen das Virus haftet, wenn es zu einem anschließenden Kontakt der Hände mit dem Mund oder der Nase kommt. Das Virus kann zwei Tage auf einer kontaminierten Oberfläche überleben.

Übertragungsmöglichkeiten des Influenzavirus sind zusammengefasst:

- Eine **Tröpfcheninfektion** mit direktem Kontakt zu den Schleimhäuten (Nase, Augen und Mund): Erregerhaltige Sekrete werden durch Ausatmen und Sprechen, besonders aber beim Niesen oder Husten von erkrankten Personen in der Umgebung verteilt.
- Eine **Schmierinfektion**, die durch Kontakt mit einem verunreinigten Gegenstand ermöglicht wird.

Eine Infektion mit dem Influenzavirus ruft folgende Symptome hervor:

- plötzlicher Krankheitsbeginn mit Fieber höher oder gleich 38,5 °C
- Vorwiegend Atemwegssymptomatik mit Auftreten eines trockenen Reizhustens
- Schweres Krankheitsgefühl mit Muskel- und/oder Kopfschmerzen, oft auch Gliederschmerzen
- Schwäche, Schweißausbrüche und Halsschmerzen
- Komplizierte Verläufe ergeben sich vor allem bei Personen mit bereits bestehenden Grunderkrankungen (wie z.B. chronische Herz- und Lungenerkrankungen oder Stoffwechselerkrankungen wie Diabetes)

Die Zeit bis zum Ausbruch der Erkrankung beträgt ein bis fünf Tage nach Infektion. Erst in deren Anschluss treten die oben beschriebenen Symptome auf. Eine Übertragung des Virus auf gesunde Personen ist bereits vor Auftreten der Krankheitszeichen möglich.

Da die Symptome der Ansteckung relativ unspezifisch sind, können sie leicht mit anderen Atemwegserkrankungen verwechselt werden. Bedeutend für die Diagnose ist das sehr häufig plötzlich beginnende Vollbild der Erkrankung.

Die Krankheitsdauer beträgt im Regelfall sieben bis vierzehn Tage. Während der gesamten Zeit besteht Ansteckungsgefahr.

Was ist die „Schweine-Grippe“?

Schweine-Influenza („Schweinegrippe“) ist eine durch Viren (Influenza Typ A) verursachte Erkrankung bei Schweinen, die deren Atemwege betrifft. Es kam bereits in der Vergangenheit zu Ausbrüchen, die bei den Tieren selten tödlich endeten. Die meisten Ausbrüche fanden im Herbst und Winter statt. Die klassischen Schweine-Influenza-Viren (Influenza-Subtyp A/H1N1) wurden erstmalig im Jahr 1930 isoliert. Der aktuelle in Mexiko gehäuft aufgetretene Erreger ist nach Angaben der Weltgesundheitsorganisation eine neu entstandene Variante des Typs H1N1, der sowohl bei Menschen als auch bei Schweinen und Vögeln vorkommen kann.

In den USA waren bereits Mitte April 2009 zwei Fälle der neuen Grippe beim Menschen entdeckt worden, bei denen kein Kontakt zu Schweinen nachgewiesen werden konnte. Im Juni 2009 hat die WHO die sechste und damit letzte Stufe der Pandemieeinschätzung ausgerufen, da das Virus inzwischen regelmäßig von Mensch zu Mensch übertragen wird und es in verschiedenen Regionen der Welt zu zahlreichen Erkrankungen gekommen ist. Der Begriff „Schweinegrippe“ ist daher etwas irreführend, weil sich die allgemeine Besorgnis auf die Infektion von Menschen und nicht von Schweinen bezieht. So besteht nach Ansicht der amerikanischen Seuchenschutzbehörde auch keine Infektionsgefahr durch den Verzehr von Schweinefleisch, abgesehen davon, dass die Viren bei Temperaturen von mehr als 70° C bei der Zubereitung von Fleisch sicher abgetötet werden.

Vor einigen Jahren berichteten die Medien intensiv über die **Vogelgrippe**. Hierbei handelte es sich allerdings tatsächlich um eine häufig tödliche Erkrankung von Vögeln, die nur vergleichsweise selten auf den Menschen übersprang, dann jedoch meistens einen sehr schweren Verlauf nahm. Eine direkte Infektion von Mensch zu Mensch ist bei der Vogelgrippe bislang nur sehr selten beobachtet worden.

In Deutschland wurden nach Angaben des Robert-Koch-Instituts bis zum 30.07.2009, insgesamt 6.062 Fälle der Neuen Grippe (Influenza H1N1/2009) gemeldet. Der starke Anstieg in den letzten Wochen wird hauptsächlich durch Reiserückkehrer (vor allem aus Spanien) verursacht, bei denen die neue Influenza diagnostiziert wurde. Als Fälle werden sowohl Personen mit einer entsprechenden Labordiagnose gezählt, als auch Erkrankte, bei denen selbst keine Labordiagnose durchgeführt wurde, die aber Kontakt zu anderen laborbestätigten Erkrankten hatten.

In Nordrhein-Westfalen wurden bislang 2.446 Fälle registriert, von denen sich allerdings nur 544 Personen in der Heimat angesteckt hatten.

Experten warnen davor, die Situation zu überschätzen und die Gefahr überzubewerten. Die Krankheit ist deutlich weniger lebensbedrohlich als die Vogelgrippe. Die Symptome der neuen Grippe sind ähnlich denen der saisonalen Influenza – vor allem Fieber, Atemwegsbeschwerden und Gliederschmerzen. Die meisten Erkrankungen verlaufen bislang eher harmlos. Todesfälle sind vor allem auf dem amerikanischen Kontinent aufgetreten. Nach Angaben der WHO sind viele, aber nicht alle schweren Fälle bei Menschen mit Grunderkrankungen aufgetreten (Statement to the press by WHO Director-General Dr. M. Chan, 11.06.2009). In sofern ist die neue Grippe bislang nicht mit der Spanischen Grippe von 1918 zu vergleichen, obwohl man auch bei ihr den Subtyp H1N1 nachweisen konnte.

Bei den bisher im Nationalen Referenzzentrum für Influenza im Robert Koch-Institut untersuchten neuen Influenzaviren haben sich die so genannten Neuraminidasehemmer (Tamiflu® und Relenza®) als wirksam erwiesen. Damit werden entsprechende Untersuchungen aus den USA auch für die in Deutschland aufgetretenen Viren bestätigt.

Es wird jedoch dringend davon abgeraten, sich antivirale Medikamente zu beschaffen und diese rezeptpflichtigen Medikamente ohne medizinische Verordnung einzunehmen. Der ungezielte Einsatz dieser Medikamente kann neben den allgemeinen Nebenwirkungen dazu führen, dass zunehmend resistente Erreger herangezüchtet werden, wodurch es zu Erkrankungen kommen kann, die später medikamentös nicht mehr therapiert werden können. Eine genaue Diagnostik kann nur durch einen Arzt erfolgen. Im Labor kann ein genauer Erregernachweis durchgeführt werden, was jedoch bislang keine allgemeine Kassenleistung ist.

Auf weitere Erkrankungen stellt man sich ein. Bei einer größeren Verbreitung muss auch hierzulande mit schweren Verläufen gerechnet werden. Angesichts der aus besonders betroffenen Staaten eingeschleppten und den auch in Deutschland erworbenen Infektionen steigt die Bedeutung von persönlichen Hygienemaßnahmen, insbesondere bei Kontakt zu Reiserückkehrern und bei intensiven Kontakten zu anderen Menschen vor allem in größeren Ansammlungen.

Um die medizinische Versorgung der Bevölkerung sicherstellen zu können, hatte die Regierung bereits vor einigen Jahren mehrere Millionen Packungen der antiviral wirksamen Medikamente gekauft und in verschiedenen Depots einlagern lassen.

Die Entwicklung von Impfstoffen ist inzwischen angelaufen. Der Impfstoff wird voraussichtlich im Herbst zur Verfügung stehen. Die Bundesregierung hat 50 Millionen Impfdosen bestellt, die ausreichen werden, um 25 Millionen Menschen zu immunisieren. Nach Einschätzung der Regierung wird dieses Angebot die Nachfrage decken, da keine Impfpflicht geplant ist und die Impfungen primär bestimmten Risikogruppen und Mitarbeitern im Gesundheitsdienst angeboten werden sollen. Zum gegenwärtigen Zeitpunkt ist nicht abzusehen, in welchem Umfang der neue Impfstoff auch in den Apotheken erhältlich sein wird und deshalb auch vom Betriebsarzt verabreicht werden kann.

Länder wie Großbritannien, Frankreich und Australien haben bei den Pharmaherstellern bereits vor einiger Zeit genügend Impfstoff für praktisch ihre gesamte Bevölkerung bestellt. Einige Experten meinen jedoch, dass Deutschland besser mit dem nötigen Augenmaß auf die neue Grippe reagieren wird. Eine dramatische Entwicklung der Pandemie in den nächsten Monaten ist durchaus möglich, aber keineswegs sicher.

Empfohlen wird, sich auch in diesem Jahr gegen die „normale“ saisonale Influenza zu impfen, da Infektionen mit beiden Influenza-Subtypen gleichzeitig besonders schwer verlaufen könnten. Das Ziel ist dabei außerdem, eine Rekombination des saisonalen Virus mit dem neuen Virus zu vermeiden, die eine mögliche Ausbildung eines neuen und hoch virulenten Virus hervorrufen könnte.

Impfungen gegen die saisonale Influenza können wie in der Vergangenheit im Herbst auf Wunsch des Arbeitgebers vom Betriebsarzt oder sonst vom Hausarzt vorgenommen werden.

Der **wichtigste Schutz** vor der Übertragung von Influenza-Viren sind Regeln der allgemeinen **Hygiene**:

- **Hände waschen**
Die Hände sollten mehrmals täglich 20 bis 30 Sekunden mit Seife gewaschen werden, auch zwischen den Fingern. Eine kleine Handlungsanleitung zum Waschen der Hände folgt am Ende dieser Übersicht.
- **Hände vom Gesicht fern halten**
Die Schleimhäute von Mund, Augen und Nase sollten möglichst nicht mit den (ungewaschenen) Händen berührt werden.
- **Desinfektionsmittel**
Der Einsatz von Desinfektionsmitteln für die Hände ist bislang außerhalb von Einrichtungen zur Gesundheitsversorgung und zur Verarbeitung von Lebensmitteln nicht generell erforderlich. Wenn Desinfektionsmittel eingesetzt werden, sollte man sich nach der Anleitung richten, die ebenfalls am Ende dieser Aufstellung folgt.
- **Hygienisch husten**
Beim Husten sollte ausreichender Abstand zu anderen Personen eingehalten werden. Empfohlen wird von der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung zudem, nicht in die Hand, sondern in den Ärmel zu husten, was für viele Mitarbeiter eine große Umstellung bedeuten wird.
- **Benutzte Taschentücher entsorgen**
Taschentücher sollten nur einmal benutzt und nach dem Gebrauch nicht für längere Zeit in der Tasche getragen werden. Sie sind hygienisch einwandfrei zu entsorgen, also möglichst nicht im Papierkorb im Büro.
- **Krankheit zu Hause auskurieren**
In wirtschaftlich schwierigen Zeiten gehen immer häufiger Mitarbeiter zu Ihrem Arbeitsplatz, auch wenn sie bereits unter Krankheitssymptomen leiden. Bei jeder fieberhaften Erkältung oder einem anderen Infekt sollte jedoch auf diesen falschen Ehrgeiz verzichtet werden. Letztlich schadet man damit nur sich selbst, seinen Kollegen und dem Arbeitgeber.
- **Auf erste Anzeichen achten**
Auf eine Grippe weisen plötzlich hohes Fieber, schweres Krankheitsgefühl, Husten und Gliederschmerzen hin.
- **Familienmitglieder schützen**
Erkrankte sollten auf engeren Körperkontakt wie Umarmen, Küssen usw. verzichten. Nach Möglichkeit sollten Sie sich in einem separaten Raum aufhalten. Auf eine generelle Sauberkeit der Wohnung insbesondere in Küche und Bad ist zu achten.
- **Kontakte vermeiden**
Infizierte sollten Menschen-Ansammlungen meiden, nicht ins Kino, Konzert oder zu Sportveranstaltungen gehen und keine öffentlichen Verkehrsmittel benutzen.
- **Geschlossene Räume regelmäßig lüften**
Geschlossene Räume sollten täglich mehrfach gründlich gelüftet werden. Die Zahl der in kleinen Tröpfchen in der Luft schwebenden Viren wird dadurch verringert. Zudem wird ein Austrocknen der Mund- und Nasenschleimhäute verhindert.
- **Professionelle Hilfe herbeiführen**
Wer Krankheitszeichen einer beginnenden Influenza bemerkt und Kontakt zu möglicherweise mit der neuen Influenza infizierten Personen hatte, sollte sich unverzüglich telefonisch an seinen Hausarzt wenden. Ohne vorherige telefonische Rücksprache sollte jedoch nicht direkt eine Arztpraxis aufgesucht werden. Hilfreich ist es, wenn dem Arzt detaillierte Informationen über mögliche Kontakte vorgelegt werden. Wenn der Transport in einem Krankenwagen

erforderlich ist, sollten auch hier vorab die notwendigen Hinweise gegeben werden, weil vielerorts der Rettungsdienst sich dann mit adäquaten Schutzmaßnahmen versehen wird. Im Unternehmen sollten die Vorgesetzten und mögliche Kontaktpersonen zeitnah informiert werden.

- **Einsatz von Gesichtsmasken**

Der generelle Einsatz von Masken zum Schutz von Mund und Nase wird zum gegenwärtigen Zeitpunkt noch nicht empfohlen. Einfache Masken, wie sie aus dem Krankenhaus bekannt sind, schützen nur bedingt vor der Aufnahme von virushaltigen Partikeln, können jedoch helfen, eine Weiterverbreitung der Erreger zu verhindern. Maßnahmen zur professionellen Pandemieplanung sollten vor allen diejenigen Unternehmen in den Bereichen treffen, die für Aufrechterhaltung der öffentlichen Versorgung und Sicherheit erforderlich sind.

- **Urlaubsreisen**

Zum gegenwärtigen Zeitpunkt gibt es noch keine Empfehlung, auf Urlaubsreisen zu verzichten. Allgemeine Reisewarnungen und Sicherheitshinweise gibt jedoch das auswärtige Amt im Internet bekannt: www.auswaertiges-amt.de

- **Weitere Informationen**

Das Bundesgesundheitsministerium hat eine kostenlose telefonische Hotline geschaltet, die dazu beitragen kann, die Fragen besorgter Bürger zu beantworten:

0800 / 4400 550.

Ihr Betriebsarzt
Christoph von der Burg

01.08.2009







Hygienische Händereinigung

Die vorgeschriebene Reinigungszeit beträgt 30 Sekunden und sollte unbedingt eingehalten werden.

	<p>Befeuchten Sie Ihre Hände mit Wasser.</p>
	<p>Verwenden Sie genügend Seife, um alle Handflächen zu bedecken.</p>
	<p>Reiben Sie Handfläche auf Handfläche.</p>
	<p>Reiben Sie die rechte Handfläche über den linken Handrücken mit verschränkten Fingern. Führen Sie dies auch umgekehrt durch.</p>
	<p>Reiben Sie Handfläche auf Handfläche mit verschränkten, gespreizten Fingern.</p>
	<p>Reiben Sie die Außenseite der Finger auf gegenüberliegende Handflächen mit verschränkten Fingern.</p>
	<p>Reiben Sie den rechten Daumen kreisend in der geschlossenen linken Handfläche und umgekehrt.</p>
	<p>Reiben Sie die geschlossenen Fingerkuppen der rechten Hand kreisend in der linken Hand hin und her und anschließend umgekehrt.</p>
	<p>Spülen Sie die Hände mit Wasser ab.</p>
	<p>Trocknen Sie die Hände sorgfältig ab.</p>
	<p>Benutzen Sie ein Einmalhandtuch, um den Wasserhahn abzustellen. Berühren Sie nicht den kontaminierten Wasserhahn!</p>

Händedesinfektion

3 ml des alkoholischen Desinfektionsmittels (Wandspender 2x betätigen) werden unverdünnt nach folgender Vorgehensweise in die trocknen Hände eingerieben:

	Handfläche auf Handfläche
	Rechte Handfläche über linkem Handrücken und linke Handfläche über rechtem Handrücken, mit der linken Hand gleichermaßen verfahren
	Handfläche auf Handfläche mit verschränkten, gespreizten Fingern
	Außenseite der Finger auf gegenüberliegende Handflächen mit verschränkten Fingern
	Kreisendes Reiben des rechten Daumens in der geschlossenen linken Handfläche und umgekehrt
	Kreisendes Reiben hin und her mit geschlossenen Fingerkuppen der rechten Hand in der linken Handfläche und umgekehrt

Die Bewegungen jedes Schrittes werden fünfmal durchgeführt, nach Beendigung des 6. Schrittes werden einzelne Schritte bis zur angegebenen Einreibzeit (mindestens 30 Sekunden) wiederholt.