

Grippe-Pandemie

Was Sie über eine Grippe-Pandemie (Weltgrippe) wissen sollten.

Was finden Sie in dieser Broschüre?

Diese Broschüre enthält Informationen über eine Pandemiegefahr (Weltgrippe). Sie gibt Antwort auf die 10 wichtigsten Fragen bezüglich einer Grippe-Pandemie, so dass Sie bei einem eventuellen Ausbruch einer pandemischen Grippe besser vorbereitet sind.

Inhaltsangabe

Seite

- Frage 1 Worum handelt es sich bei einer Grippe-Pandemie?
- Frage 2 Wie entsteht eine saisonale (klassische) Grippe?
- Frage 3 Wie entsteht eine Grippe-Pandemie?
- Frage 4 Was ist der Unterschied zwischen saisonaler und pandemischer Grippe?
- Frage 5 Tritt der Fall einer Grippe-Pandemie mit Sicherheit ein?
- Frage 6 Welche Vorsorgemaßnahmen werden in den Niederlanden getroffen?
- Frage 7 Wie groß ist die Ansteckungsgefahr?
- Frage 8 Gibt es Medikamente oder Impfstoffe gegen eine pandemische Grippe?
- Frage 9 Wie kann ich mich vor Ansteckung schützen?
- Frage 10 Was soll ich tun, wenn sich bei mir die Krankheitszeichen der Grippe einstellen?

Frage 1

Worum handelt es sich bei einer Grippe-Pandemie?

Bei einer **Grippe-Pandemie** erkranken viele Menschen weltweit an einer Grippe des gleichen **Typs**. Die Grippe-Pandemie verbreitet sich in wenigen Monaten und viele Menschen werden ernsthaft krank. In manchen Fällen kann die Krankheit sogar tödlich verlaufen.

Bei einem Ausbruch der Grippe-Pandemie erkrankt weltweit schätzungsweise jeder Dritte. Wie viele Menschen tatsächlich ernsthaft an dieser Grippe erkranken oder sogar sterben, lässt sich jedoch nicht vorhersagen.

Eine Grippe-Pandemie bricht alle 10 bis 50 Jahre einmal aus. Im vorigen Jahrhundert gab es 3 schwere Ausbrüche, und zwar:

- die Spanische Grippe (1918)
- die Asiatische Grippe (1957)
- die Hong-Kong-Grippe (1968)

Grippe-Pandemie

Bei einer Grippe-Pandemie erkranken viele Menschen weltweit in kurzer Zeit an einer Grippe des gleichen Typs. Die Erkrankung wird durch ein neues Grippevirus ausgelöst. Eine Grippe-Pandemie wird auch Weltgrippe genannt.

Saisonale Grippe

Die Grippe ist eine Krankheit. Bei Menschen, die an Grippe erkranken, treten oft Krankheitszeichen auf wie plötzliches Fieber, Erkältung, Halsschmerzen, Husten, Kopfschmerzen und Muskelschmerzen. Die Grippe wird durch ein Grippevirus ausgelöst, das durch den Mund oder die Nase in den Körper gelangt. Die Übertragung erfolgt durch die Luft durch Tröpfcheninfektion von Nasenschleim oder Speichel. Ein anderes Wort für Grippe ist „Influenza“.

Frage 2

Wie entsteht eine saisonale (klassische) Grippe?

Saisonale Influenza, auch saisonale oder klassische Grippe genannt, wird durch einen existierenden **Grippeerreger** ausgelöst, der jedes Jahr ein wenig mutiert, im Grunde jedoch gleich bleibt.

Viele Menschen sind bereits mit dem Virus in Kontakt gekommen und haben eine **Abwehr** dagegen aufgebaut. Deshalb erkrankt nicht jeder und kann sich das Virus nicht so rasch verbreiten.

Sobald ein existierendes Virus mutiert, bleibt genügend Zeit zur Entwicklung eines entsprechenden **Impfstoffes** (Grippeimpfung). Die Grippeimpfung kann verhindern, dass viele Menschen von der Krankheit betroffen werden.

Grippevirus

Das Grippevirus ist ein kleines Teilchen, das Influenza (Grippe) auslöst. Es kann sich zu verschiedenen Grippeviren umbilden (mutieren) und jeder so entstandene Typ kann die Grippe erneut auslösen. Das Grippevirus wird auch als Influenzavirus bezeichnet.

Abwehr

Abwehr ist die Fähigkeit des Körpers, sich vor Krankheiten zu schützen. Im Falle einer Ansteckung entwickelt Ihr Körper Abwehrstoffe gegen das Virus, das die Infektion verursacht hat. Werden Sie später noch einmal mit einem gleichartigen Virus infiziert, dann sorgen die Abwehrstoffe dafür, dass Sie weniger schwer oder gar nicht erkranken.

Impfstoff

Impfstoffe schützen vor bestimmten Krankheiten oder sorgen dafür, dass eine Krankheit weniger schwer verläuft. Das Medikament wird gewöhnlich durch eine Spritze verabreicht (Impfung). Bei Grippe handelt es sich um eine Grippeimpfung oder Gripeschutzimpfung.

Frage 3

Wie entsteht eine pandemische Grippe?

Die pandemische Grippe entsteht durch einen neuen Grippeerreger, mit dem bisher niemand in Kontakt gekommen ist. Deshalb ist noch niemand immun gegen dieses Virus, und da es bislang unbekannt war, konnte noch kein entsprechender Schutzimpfstoff entwickelt werden. Ohne Abwehr oder Impfung werden somit viele Menschen krank oder sogar schwer krank.

Das Virus verbreitet sich durch die Luft beim Husten, Niesen oder Sprechen. So können Menschen sich leicht gegenseitig **anstecken**. Da viele Menschen reisen, kann sich der neue Grippeerreger rasch weltweit verbreiten.

Wie entsteht ein neues Grippevirus?

Ein neues Grippevirus kann auf verschiedene Art und Weise entstehen. Beispielsweise kann ein Grippeerreger bei Tieren sich allmählich zu einem neuen Virus für Menschen umbilden (mutieren). Eine Grippe-Pandemie kann erst dann entstehen, wenn Menschen sich mit dem neuen Virus gegenseitig anstecken.

Ansteckung

Bei einer Ansteckung wird ein Grippevirus von einer Person auf die andere übertragen. Dies kann erfolgen, wenn jemand, der bereits infiziert ist, hustet oder den Anderen mit den Händen berührt.

Frage 4

Was ist der Unterschied zwischen einer saisonalen (klassischen) und einer pandemischen Grippe?

Saisonale Grippe

- Die saisonale Grippe wird durch ein existierendes Grippevirus ausgelöst.
- Die saisonale Grippe tritt jedes Jahr ein, insbesondere im Winter.
- Viele Menschen haben bereits eine Abwehr gegen dieses Virus entwickelt.
- In den Niederlanden erkrankt jedes Jahr ungefähr einer von hundert Menschen an der Grippe.
- Die Krankheitszeichen der saisonalen Grippe sind bekannt. **Risikogruppen** bekommen bei saisonaler Grippe schneller eine Lungenentzündung oder sonstige Folgeerkrankungen.
- Für die saisonale Grippe gibt es eine Schutzimpfung.
- Menschen, die zu einer Risikogruppe gehören, bekommen jedes Jahr eine Schutzimpfung.
- In den Niederlanden sterben jedes Jahr 200 bis 1000 Menschen (insbesondere Ältere) an saisonaler Grippe.

Grippe-Pandemie

- Eine Grippe-Pandemie wird durch ein neues, unbekanntes Grippevirus ausgelöst.
- Eine Grippe-Pandemie bricht ungefähr alle 10 bis 50 Jahre einmal aus.
- Eine Grippe-Pandemie kann in jeder Jahreszeit ausbrechen.
- Beim Ausbruch hat noch niemand eine Abwehr gegen das neue Grippevirus aufgebaut.
- In den Niederlanden wird schätzungsweise jeder Dritte an dieser Grippe erkranken.
- Die Krankheitszeichen einer pandemischen Grippe werden erst nach deren Ausbruch offenbar. Die Symptome können sich von denen der saisonalen Grippe unterscheiden.
- Bei einer pandemischen Grippe kann die Krankheit schwerer verlaufen als bei saisonaler Grippe.
- Bei Ausbruch der Grippe-Pandemie ist noch kein Impfstoff vorhanden. Dieser kann erst dann entwickelt werden, wenn das neue Grippevirus bekannt ist.
- Bei Krankheitszeichen für diese Grippe wird Ihnen der Arzt einen Virus-Inhibitor (ein Medikament, welches das Virus bremst) verabreichen.
- Wie viele Todesopfer die pandemische Grippe fordern wird, lässt sich nicht vorhersagen.

Risikogruppen

Risikogruppen sind Gruppen von Menschen, die besonders krankheitsgefährdet sind, beispielsweise Ältere, Herz- und Lungenkranke, Diabetiker oder Abwehrgeschwächte.

Frage 5

Tritt der Fall einer Grippe-Pandemie mit Sicherheit ein?

Gewiss ist, dass irgendwann eine Grippe-Pandemie ausbricht, nur lässt sich der Zeitpunkt nicht vorhersagen: vielleicht schon bald, vielleicht auch erst in einigen Jahren. Eine Grippe-Pandemie bricht ungefähr einmal in 10 bis 50 Jahren aus. Der letzte Ausbruch fand 1968 statt (Hong-Kong-Grippe).

Verschiedene Organisationen beobachten ständig, ob irgendwo auf der Welt ein neues Grippevirus entsteht. Sobald ein neuer Grippeerreger entdeckt wird, versuchen diese Organisationen die Ausbreitung zu verhindern.

Frage 6

Welche Vorsorgemaßnahmen werden in den Niederlanden getroffen?

In den Niederlanden trifft man für den Fall einer Grippe-Pandemie alle möglichen Vorsorgemaßnahmen.

Beispielsweise hat jeder Bezirk in den Niederlanden bereits einen Vorsorgeplan vorliegen. In diesem Pandemieplan sind die Maßnahmen für Sanitäter und Krankenhäuser im Falle einer Grippe-Pandemie in den Niederlanden festgelegt. Auch die Hausärzte haben einen solchen Plan bereitzuliegen.

Darüber hinaus haben die Niederlande einen ausreichenden Vorrat an **Virus-Inhibitoren** bereitzuliegen. Dieses Medikament kann allen Menschen verabreicht werden, die während der Pandemie die Krankheitszeichen der Grippe aufweisen.

Radio, Fernsehen und Zeitungen

Im Falle einer Pandemiegefahr ist es wichtig, die Informationen im Radio, Fernsehen und Zeitungen zu beachten. Sie erfahren dann, welche Maßnahmen Sie selbst treffen können und müssen.

Virus-Inhibitoren

Virus-Inhibitoren sind Medikamente (antivirale Mittel), die die Ausbreitung des Virus bremsen. Das Medikament sorgt dafür, dass an saisonaler Grippe erkrankte Personen schneller genesen und weniger ansteckend sind. Wahrscheinlich sind Virus-Inhibitoren auch bei einer Pandemie wirksam.

Frage 7

Wie groß ist die Ansteckungsgefahr?

Im Falle einer Grippe-Pandemie ist noch niemand gegen das neue Virus immun. Deshalb ist die Gefahr, dass Sie erkranken, bei einer Pandemie größer als bei saisonaler Grippe.

Wie ernsthaft oder ansteckend die neue Grippe sein wird, ist nicht vorauszusagen. Schätzungsweise wird etwa jeder Dritte daran erkranken. Es ist nicht sicher, ob Risikogruppen bei einer Grippe-Pandemie mehr gefährdet sind.

Frage 8

Gibt es Medikamente oder Impfstoffe gegen eine pandemische Grippe?

Impfstoffe

Bisher gibt es noch keine Schutzimpfung gegen pandemische Grippe. Ein neuer Impfstoff kann erst dann entwickelt werden, wenn die Grippe-Pandemie ausbricht und das neue Grippevirus bekannt ist. Die Entwicklung eines neuen Impfstoffes erfordert mindestens 6 Monate. Weltweit werden Untersuchungen zur Verkürzung dieser Zeit durchgeführt.

Medikamente

Im Falle einer pandemischen Grippe, müssen Sie bei den ersten Anzeichen der Erkrankung Medikamente einnehmen, um das Virus zu bremsen. Bei dem Medikament handelt es sich um einen Virus-Inhibitor. Nehmen Sie das Medikament so bald wie möglich – jedoch unbedingt innerhalb von **48 Stunden** - nach den ersten Krankheitsanzeichen ein. Sie müssen die Medikamententherapie vorschriftsmäßig beenden.

Die Virus-Inhibitoren sollen dafür sorgen, dass Sie schneller genesen und weniger ansteckend sind. Wir hoffen, dass das Virus sich dann weniger schnell ausbreitet und somit weniger Menschen an dieser Grippe erkranken.

Bis ein Impfstoff (Schutzimpfung) für das neue Grippevirus entwickelt wird, stellen Virus-Inhibitoren im Falle einer Grippe-Pandemie das wichtigste Mittel zur Bekämpfung des neuen Virus dar.

Wie wirken Virus-Inhibitoren?

- Virus-Inhibitoren verkürzen die Dauer der Krankheit um 1 bis 2 Tage.
- Sie bewirken, dass Grippekranke weniger ansteckend sind.
- Sie bewirken, dass der Grippekranke weniger lange ansteckend ist.
- Virus-Inhibitoren können nicht ganz verhindern, dass man andere Menschen ansteckt.
- Virus-Inhibitoren sind bei saisonaler Grippe wirksam; sie wurden jedoch noch nie für eine pandemische Grippe eingesetzt. Dass das Medikament wirkt, ist wahrscheinlich, aber nicht gewiss.
- Virus-Inhibitoren sind nur auf Rezept erhältlich.

Frage 9

Wie kann ich mich vor Ansteckung schützen?

Sie können zwar nicht völlig verhindern, dass Sie angesteckt werden, das Risiko einer Ansteckung jedoch verringern. Das Grippevirus verbreitet sich durch die Luft beim Husten, Niesen oder Sprechen. Die Ansteckung kann durch Einatmen des Virus oder Übertragung durch die Hände erfolgen.

Maßnahmen zur Verhinderung einer Ansteckung

- **Vermeiden Sie den Kontakt mit an Grippe erkrankten Personen.**

Wenn Sie sich in der Nähe eines Grippekranken aufhalten müssen, sollten Sie den Kontakt möglichst kurz halten und danach die Hände waschen.

- **Waschen Sie die Hände regelmäßig mit Seife und Wasser.**

Wenn Sie etwas anfassen oder jemand die Hand geben, kann das Virus auf Ihre Hände gelangen. Deshalb sollten Sie regelmäßig Ihre Hände waschen. Trocknen Sie Ihre Hände mit Papiertüchern ab und werfen Sie das benutzte Tuch anschließend sofort in den Abfalleimer.

- **Berühren Sie Ihre Augen, die Nase und den Mund möglichst nicht mit den Händen.**

Wenn Sie etwas anfassen oder jemand die Hand geben, kann das Virus auf Ihre Hände gelangen. Über Ihre Hände kann der Erreger in Ihre Augen, die Nase oder den Mund gelangen.

- **Benutzen Sie beim Niesen oder Husten Papiertaschentücher.**

Husten oder niesen Sie möglichst in ein Papiertaschentuch. Werfen Sie das Tuch anschließend sofort in den Abfalleimer.

- **Halten Sie Ihre Wohnung sauber.**

Säubern Sie regelmäßig harte Oberflächen und Gegenstände wie Küchengeräte und Türklinken. Verwenden Sie dazu ein normales Reinigungsprodukt.

- **Hören Sie Radio, sehen Sie fern und lesen Sie Zeitung.**

Radio, Fernsehen und Zeitungen informieren Sie über weitere Maßnahmen, die Sie treffen können und müssen, um eine Ansteckung zu vermeiden.

Frage 10

Was soll ich tun, wenn sich während einer Grippe-Pandemie bei mir die Krankheitszeichen der Grippe einstellen?

- ***Nehmen Sie innerhalb von 48 Stunden einen Virus-Inhibitor ein.***

Nehmen Sie baldmöglichst, nachdem Sie die ersten Krankheitszeichen der Grippe bemerken, Medikamente ein, die das Grippevirus bremsen, in jedem Fall **innerhalb von 48 Stunden**. Virus-Inhibitoren sind nur auf Rezept erhältlich.

- ***Bleiben Sie zu Hause und vermeiden Sie den Kontakt mit anderen Personen.***

Der Erreger wird durch die Luft verbreitet. Sie können andere Menschen durch Husten, Niesen oder Sprechen infizieren. Sie können dies verhindern, indem Sie sich von anderen Menschen möglichst fernhalten.

- ***Berühren Sie Ihre Augen, die Nase und den Mund möglichst nicht mit den Händen.***

Wenn Sie Ihre Augen, die Nase oder den Mund berühren, gelangt das Virus auf Ihre Hände. Über Ihre Hände können Sie den Erreger auf Gegenstände oder Menschen übertragen.

- ***Husten oder niesen Sie in ein Papiertuch.***

Benutzen Sie ein Papiertaschentuch oder Tissue nur einmal und werfen Sie es anschließend sofort in den Abfalleimer.

Handeln Sie gleichermaßen, wenn Sie Ihre Nase schnäuzen.

Waschen Sie anschließend Ihre Hände mit Seife und Wasser.

- ***Waschen Sie Ihre Hände regelmäßig mit Seife und Wasser.***

Das Grippevirus kann zum Beispiel über eine Türklinke auf andere übertragen werden. Waschen Sie deshalb regelmäßig Ihre Hände. Trocknen Sie Ihre Hände mit Papiertüchern ab und werfen Sie diese anschließend sofort in den Abfalleimer.

- ***Halten Sie Ihre Wohnung sauber.***

Säubern Sie regelmäßig harte Oberflächen und Gegenstände wie Küchengeräte und Türklinken.

Verwenden Sie dazu ein normales Reinigungsprodukt.

- ***Hören Sie Radio, sehen Sie fern und lesen Sie Zeitung.***

Radio, Fernsehen und Zeitungen informieren Sie über Maßnahmen, die Sie treffen sollten.

Weitere Information

Website

www.postbus51.nl

Telefonnummer

Falls Sie weitere Informationen wünschen oder Fragen haben, wenden Sie sich bitte an die Mitarbeiter von Postbus 51. Diese stehen Ihnen an Werktagen von 8.00 bis 20.00 Uhr gern zur Verfügung: Servicenummer 0800 – 8051 (kostenlos). Falls Sie aus dem Ausland anrufen: +31 - 70 - 308 1985

Dies ist eine Veröffentlichung des niederländischen Ministeriums für Gesundheit, Gemeinwohl und Sport und des Zentrums für die Bekämpfung von Infektionskrankheiten des Staatlich-niederländischen Instituts für Gesundheit und Umwelt in Zusammenarbeit mit dem niederländischen Verband der Hausärzte.

Dezember 2007

Niederländisches Ministerium für Gesundheit, Gemeinwohl und Sport

Niederländischer Verband der Hausärzte