

Influenza

Eine echte Grippe (Influenza) ist keine harmlose Erkältung und darf auch nicht mit einem grippalen Infekt verwechselt werden. Sie wird durch Influenzaviren ausgelöst. Diese breiten sich äußerst rasch im Körper aus, so dass die Inkubationszeit nur 1 bis 3 Tage beträgt. Der wichtigste Unterschied zum grippalen Infekt ist der schlagartige Beginn. Grippepatienten fühlen sich buchstäblich von einer Minute auf die nächste richtig krank. Eine Grippe kündigt sich nicht durch Halsschmerzen oder Schnupfen an. Die Krankheit setzt plötzlich mit Schüttelfrost und Schweißausbrüchen und mit heftigen Kopf- und Gliederschmerzen ein. Meist kommt sehr schnell hohes Fieber dazu. Manche Patienten klagen auch über einen trockenen Husten.

Die Viren werden durch Husten, Niesen und mit der Atemluft übertragen (Tröpfcheninfektion) oder über kontaminierte Gegenstände. Infizierte Personen können bereits 1 bis 2 Tage vor Ausbruch der Krankheit andere Personen anstecken.

Grippe schwächt das Immunsystem und macht es anfälliger für andere Viren oder Bakterien. Häufige Sekundärerkrankungen sind Lungenentzündungen oder Herzmuskelentzündungen, die dann auch für Todesfälle bei Grippe-Patienten verantwortlich sind.

Körperliche Schonung und



Foto: Blende 8

■ Apotheker Dr. Lutz Engelmann

Bettruhe sind wichtig. Kopf- und Gliederschmerzen sowie Fieber kann man mit Wirkstoffen wie Paracetamol oder Ibuprofen behandeln. Wichtig ist außerdem, dass man genügend Flüssigkeit zu sich nimmt.

Mittlerweile stehen auch Medikamente zur Verfügung, die gegen Grippeviren wirken. Sie sollten innerhalb der ersten 48 Stunden nach Krankheitsbeginn eingenommen werden und können Dauer und Schwere der Infektion verkürzen.

Eine Grippeimpfung ist die beste Vorbeugemaßnahme. Ebenso wichtig ist eine gute Handhygiene. Die Hände sollten mehrmals täglich gründlich mit warmem Wasser und Seife gewaschen werden, vor allem aber nach dem Kontakt zu anderen Menschen, wenn man nach Hause kommt und vor dem Essen.

Ihr Apotheker

Dr. Lutz Engelmann