

# Influenza

## Was ist eine Influenza?

Die Influenza ist eine akute, hoch ansteckende Atemwegsinfektion, die durch Inflenzaviren verursacht wird. Inflenzavirus-Infektionen sind weltweit verbreitet.

## Wie werden die Influenza-Viren übertragen und wie lange ist man ansteckend?

Beim Husten oder Niesen werden die Viren mit Schleimtröpfchen ausgestoßen und durch Tröpfcheninfektion, Tröpfchenkerne, direkten Kontakt (z. B. Hände geben) oder Kontaktinfektion über Gegenstände, die mit solchen Tröpfchen „verunreinigt“ sind, weiter verbreitet. Erkrankte sind drei Tage bis ca. eine Woche ansteckungsfähig, Kinder sogar etwas länger (bis 10 Tage)!

## Was sind die typischen Symptome?

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.

## Maßnahmen zur Verhütung der Weiterverbreitung in Gemeinschaftseinrichtungen:

- Hände geben sowie Anhusten oder Anniesen anderer Personen sollten vermieden werden.
- Nach Husten, Niesen und Nase putzen sind die Hände zu waschen, das Personal kann auch eine hygienische Händedesinfektion durchführen.
- Ein unnötiges Berühren von Augen, Nase oder Mund sollte vermieden werden, da in diesen Schleimhautbereichen vermehrt Viren nachweisbar sind.
- Räume sollten regelmäßig intensiv belüftet werden (Stoßlüftung) über mindestens 10 Minuten mehrmals täglich.

## Wie kann sich das Personal im Alltag schützen?

- Der Kontakt zu möglichen erkrankten Personen ist zu vermeiden.
- 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.
- Von der Ständigen Impfkommission (STIKO) wird zum Schutz vor der Influenza eine jährliche Impfung empfohlen. Sie ist die wirksamste Maßnahme, um eine Erkrankung zu verhindern.

## Das müssen Sie beachten:

Die Erkrankung ist nach § 34 IfSG nur bei gehäuftem Auftreten (2 oder mehr Krankheitsfälle) mit schwerwiegendem Verlauf an das Gesundheitsamt meldepflichtig (personenbezogenen Angaben).

Ein ärztliches Attest zur Wiedenzulassung ist nicht erforderlich.