



Grippe: Anzeichen, Symptome & Komplikationen; Empfehlungen zur Vorbeugung

Anzeichen, Symptome & Komplikationen

Grippe, auch als Influenza bezeichnet, verbreitet sich leicht und wird normalerweise durch Husten oder Niesen über die Luft übertragen. Das Virus findet sich auch an den Händen Grippeerkrankter und auf von ihnen berührten Oberflächen. Erkrankte können die Grippe ab 1 Tag vor Auftreten von Symptomen und 5-7 Tage danach verbreiten.

Anzeichen und Symptome

Grippe ist eine durch Grippeviren verursachte Nasen-, Rachen- und Lungenerkrankung. Zu den Symptomen zählen gewöhnlich:

- Fieber
- Frösteln
- Husten
- Kopfschmerzen
- Muskelschmerzen
- Müdigkeit.

Manche Kinder mit Grippe erbrechen sich oder haben Durchfall.

Grippe kann von einer leichten bis zu einer sehr schweren oder gar tödlichen Krankheit variieren, und die Grippesaison kann an Schwere ebenso von einem auf das andere Jahr unterschiedlich sein. Zu den Komplikationen durch Grippe zählen:

- Lungenentzündung (Pneumonie)
- Dehydrierung
- Verschlechterung von langfristigen Gesundheitsbeschwerden wie Lungen- oder Herzleiden, Asthma und Diabetes.

Menschen mit ernststen Komplikationen durch Grippe brauchen oft klinische Betreuung. Bei Kindern mit Langzeiterkrankungen, Babys und Kindern unter zwei Jahren sowie älteren Personen sind die Raten für Krankenhauseinweisungen höher.

Empfehlungen zur Vorbeugung

Impfstoffe gegen Grippe sind seit über 60 Jahren im Einsatz. Sie gelten als sicher und sind die beste zur Verfügung stehende Vorbeugungsmaßnahme gegen grippebedingte Erkrankungen und Sterblichkeit.

Die Grippeimpfung ist besonders wichtig für Menschen mit erhöhtem Risiko für schwere Grippekomplikationen und für Menschen, die mit Hochrisikopersonen zusammenleben oder sie betreuen.

WHO empfiehlt jährliche Impfungen für:

- *Pflegeheimbewohner (Senioren oder Behinderte)*
- *ältere Personen*
- *Menschen mit chronischen Erkrankungen >6 Monate*
- *weitere Gruppen wie Schwangere, Fachkräfte im Gesundheitswesen, wichtige gesellschaftliche Funktionsträger sowie Kinder ab sechs Monaten bis zwei Jahre.*

Da jedes Jahr unterschiedliche Grippeviren zirkulieren, ändert sich die Zusammensetzung des Grippeimpfstoffs jährlich, um gegen die erwartungsgemäß häufigsten Viren zu schützen.

*Daher ist es wichtig, die Grippeimpfung **jährlich** zu erhalten.*

