

06. Mai 2009

## Neue Grippe A / H1 N1

### Empfehlungen der Behörde für Soziales, Familie, Gesundheit und Verbraucherschutz

Ausgehend von Erkrankungsfällen in den USA und Mexiko sind weltweit insgesamt mehrere hundert Menschen an der Neuen Grippe (der so genannten Schweinegrippe) erkrankt, die durch ein neuartiges Influenzavirus verursacht wurde. Die Weltgesundheitsorganisation (WHO) hat das so genannte A/H1N1-Virus im April daher als gesundheitliches Risiko von internationaler Bedeutung eingestuft. Die Symptome sind ähnlich wie bei der saisonalen Influenza, vor allem Fieber, Atemwegsbeschwerden und Gliederschmerzen.

Für die Bevölkerung wird derzeit keine allgemeine Gefährdung durch die Neue Influenza gesehen. Generell empfohlene persönliche Hygienemaßnahmen sollten aber besonders beachtet werden, insbesondere bei Kontakt zu Reiserückkehrern aus betroffenen Regionen.

#### Zu den Hygienemaßnahmen zählen:

- Regelmäßiges Händewaschen, vor allem auch vor der Nahrungsaufnahme,
- Vermeidung des Anhustens und Anniesens anderer Personen,
- es wird empfohlen, nicht in die bloße Hand, sondern in den Ärmel bzw. den Ellenbogen zu husten oder zu niesen,
- Nutzung von Einmaltaschentüchern und sofortige Entsorgung,
- Vermeidung der Berührungen der Augen, der Nase und des Mundes,
- regelmäßige Raumbelüftung.

Bei der saisonalen Influenza können Infizierte auch schon etwa einen Tag vor dem Auftreten der ersten Symptome infektiös sein. Influenzaviren werden vor allem durch Tröpfcheninfektion übertragen. Insbesondere beim Niesen oder Husten können Erreger auch auf die Hände gelangen und darüber weiterverbreitet werden.

Zusätzlich zu den Hygienemaßnahmen wird empfohlen, vorbeugend durch gesunde Ernährung mit viel frischem Obst und Gemüse sowie mit viel Bewegung an frischer Luft das Immunsystem zu stärken.

Die Behörde für Soziales, Familie, Gesundheit und Verbraucherschutz hat eine Internetseite zum Thema „Neue Grippe (Schweine-Influenza)“ geschaltet.

Unter [www.hamburg.de/schweinegrippe](http://www.hamburg.de/schweinegrippe) erhalten Sie fortlaufend aktualisierte Informationen und Hinweise auf andere Internetseiten.

## **Zu häufig gestellten Fragen der Neuen Grippe finden Sie hier die Antworten:**

### **1. Wie ansteckend ist das Virus?**

Das Virus ist hoch ansteckend und kann grundsätzlich jeden treffen. Es wird durch Tröpfchen-Infektion von Mensch zu Mensch übertragen. So kann ein Mensch, der hustet oder niest, durchaus mehrere Menschen in seiner Umgebung anstecken.

### **2. Wie kann ich mich schützen?**

Besonders wichtig ist häufiges Händewaschen. Bei Gesprächen sollten Sie einen gewissen Abstand halten.

### **3. Kann ich mich impfen lassen?**

Nein. Gegen die Neue Influenza gibt es noch keinen spezifischen Impfstoff. Es wird derzeit noch geprüft, ob die normale Grippe-Impfung einen gewissen Schutz bietet. Die Entwicklung eines neuen Impfstoffs ist noch nicht abzusehen und dauert in der Regel mindestens drei bis sechs Monate.

### **4. Helfen Medikamente?**

Die Neuraminidasehemmer (antivirale Medikamente gegen Influenzaviren) scheinen bei dem Virus der Neuen Influenza wirksam zu sein. Eine individuelle Bevorratung mit antiviralen Arzneimitteln wird nicht empfohlen. Diese Arzneimittel sind rezeptpflichtig, da sie unter ärztlicher Kontrolle eingenommen werden müssen. Das ist zum Beispiel deshalb wichtig, weil Unterdosierungen die Entstehung von resistenten Viren begünstigen können.

### **5. Warum ist das Virus so gefährlich?**

Das Virus A/H1N1 ist eine Mutation. Es vereint auf bisher unbekannte Weise Schweine-, Vogel- und auch Menschenviren. Grippeviren können ihr Erbgut ständig verändern, so dass es erforderlich ist, die weitere Entwicklung fortlaufend zu beobachten.

### **6. Was sind die typischen Symptome ?**

Die Krankheit beginnt plötzlich, der Verlauf ähnelt einer normalen Grippe. Die Beschwerden sind Fieber, Abgeschlagenheit, Kopf- und Gliederschmerzen, Husten. Manche Patienten leiden zudem unter Schnupfen, Halsschmerzen, Übelkeit oder Durchfall.

### **7. Darf ich jetzt überhaupt noch Schweinefleisch essen?**

Ja. Das Virus wird nicht durch Lebensmittel übertragen. Grundsätzlich sollte Fleisch immer über 72 Grad erhitzt werden, damit alle Viren abgetötet werden.

### **8. Kann ich mein Kind noch in die Schule schicken?**

Ja. Derzeit besteht keine Veranlassung, Kinder nicht zur Schule oder in den Kindergarten zu schicken.

### **9. Gibt es Reisewarnungen?**

Die amerikanischen Gesundheitsbehörden raten derzeit dazu, nicht notwendige Reisen nach Mexiko zu unterlassen. In Deutschland gibt generell das Auswärtige Amt Reisehinweise für Bürgerinnen und Bürger. Die allgemeinen [Hygieneempfehlungen](#) sollten selbstverständlich auch auf allen Reisen beachtet werden.

Herausgeber: Freie und Hansestadt Hamburg, Behörde für Soziales, Familie, Gesundheit und Verbraucherschutz;  
Amt für Gesundheit und Verbraucherschutz, Fachabteilung Öffentlicher Gesundheitsdienst, Billstraße 80, 20539  
Hamburg, Tel. (040) 428 37 - 2609, Fax (040) 428 37 - 3371, <mailto:Ingeborg.Kirchhoff@bsg.hamburg.de>