

SO SCHÜTZEN WIR UNS.



Schutz vor der Grippe: Das Wichtigste zur saisonalen Grippe (Influenza)

Was ist die Grippe?

Die «echte» Grippe (Influenza) ist eine infektiöse Erkrankung der Atemwege. Ausgelöst wird sie durch Grippeviren (Influenzaviren), die meist während der kalten Monate von Dezember bis März zirkulieren. Typisch für die Grippe ist, dass sie in den Wintermonaten als Epidemie, das heisst örtlich und zeitlich gehäuft, auftritt (Grippewelle). Die Grippe kann im Unterschied zu milderen viralen Erkältungskrankheiten lebensbedrohlich verlaufen.

Wie äussert sich die Grippe?

Die Grippe wird oft mit einer Erkältung verwechselt. Auch kann eine Verwechslung mit einer Covid-19-Erkrankung vorkommen.

Typisch für eine Grippe sind:

- Die Symptome treten oft plötzlich und abrupt mit starkem Unwohlsein und Schüttelfrost auf
- Fieber über 38°C
- Husten (zu Beginn trocken)
- Kopfschmerzen
- Muskel- und Gelenkschmerzen
- Müdigkeit, Schwindelgefühle
- gelegentlich Schnupfen, Hals- und Schluckweh

Unterschied zu Erkältungskrankheiten

Die Grippe kann – wie auch eine Covid-19-Erkrankung – teilweise schwere, manchmal lebensgefährliche Komplikationen verursachen. Eine Erkältung tut dies hingegen nur in Ausnahmefällen.

Unterschiede zu einer Covid-19-Erkrankung

Das Coronavirus der aktuellen Covid-19-Pandemie ist für das Immunsystem von vielen Menschen noch völlig neu. Deshalb ist die Anzahl Personen, die schwer an Covid-19 erkranken können, deutlich höher als die Anzahl Personen mit Grippekomplikationen während einer normalen Grippesaison.

Mit einer Impfung kann man sich vor einer Grippeerkrankung im Winter schützen.

Die Grippeimpfung bietet nur Schutz vor der «echten» Grippe (Influenza), nicht aber vor Covid-19 und all den Erkältungskrankheiten, die im Laufe des Winters auftreten.

Was tun bei Verdacht auf Grippe?

Wenn Sie Erkältungs- oder Grippe-symptome verspüren, bleiben Sie zu Hause oder gehen Sie so rasch wie möglich vom Arbeitsplatz, von der Schule etc. nach Hause. So verhindern Sie, dass die Krankheit weiter übertragen wird.

Bei einer Covid-19-Erkrankung können ähnliche Symptome wie bei einer Grippe auftreten: Machen Sie den Coronavirus-Check auf www.bag-coronavirus.ch oder rufen Sie eine Ärztin oder einen Arzt an, um das Vorgehen zu besprechen. Lassen Sie sich so bald wie möglich auf das neue Coronavirus testen, wenn der Coronavirus-Check oder Ihre Ärztin bzw. Ihr Arzt dies empfiehlt.

Falls das Covid-19-Testresultat negativ ist, sollten Sie unbedingt trotzdem bis mindestens 24 Stunden nach Ende der Krankheitssymptome zu Hause bleiben. Vermeiden Sie möglichst Kontakt zu anderen Personen, trinken Sie genügend und ruhen Sie sich aus.

Medikamente gegen Schmerzen und Fieber können die Symptome lindern; lassen Sie sich von Ihrer Ärztin, Ihrem Arzt bzw. Ihrer Apothekerin oder Ihrem Apotheker beraten.

Personen ab 65 Jahren, schwangere Frauen und Menschen, die von einer chronischen Krankheit betroffen sind, sollten den Verlauf der Grippe aufmerksam verfolgen und bei Problemen unverzüglich die Ärztin oder den Arzt kontaktieren.