



# Informationen zur Grippe und Grippeimpfung



## Sehr geehrter Leser, sehr geehrte Leserin

Sie überlegen, sich gegen Grippe impfen zu lassen? Sie wurden von Ihrem Arzt über die Möglichkeit einer Grippe-Schutz-Impfung aufmerksam gemacht?

Oder möchten Sie sich gerne über die Impfung als Vorbeugung gegen diese unter Umständen schwerwiegende Erkrankung informieren?

Wir hoffen, Ihnen mit den Informationen auf den folgenden Seiten dieser Broschüre weiterhelfen zu können. Für weitere Fragen steht Ihnen auch Ihr Arzt oder Apotheker zur Verfügung.

Eine gute Lektüre wünscht das  
Sanofi Pasteur Team



Lesen Sie auf den nächsten Seiten

- Was ist «die Grippe»?
- Wie unterscheide ich eine echte Grippe von einer Erkältung?
- Wie kann ich mich mit Grippeviren anstecken?
- Wie kann ich mich gegen Grippe schützen?
- Was sind die Komplikationen einer Grippeinfektion?
- Wer gehört zu den «Risikogruppen»?
- Wie funktioniert die Grippeimpfung?
- Wie wirksam ist eine Grippeimpfung?
- Wie verträglich ist eine Grippeimpfung?



## Was ist «die Grippe»?

Grippe oder Influenza ist eine Viruserkrankung, die saisonal auftritt – das heisst, bei uns vor allem in den Wintermonaten.

Die Viren rufen eine akute Erkrankung der Atemwege hervor, deren Komplikationen (wie zum Beispiel Lungenentzündung oder Infektion des Herzens) diese Infektion zu einer sehr ernstzunehmenden Erkrankung werden lassen.

## Wie unterscheide ich eine echte Grippe von einer Erkältung?

Die Grippe ist durch plötzliches Auftreten von hohem Fieber, Kopfschmerzen, Schüttelfrost, Gliederschmerzen und trockenem Husten gekennzeichnet. Man fühlt sich sehr krank und schwach.

Eine Grippe dauert normalerweise 1 bis 2 Wochen, Schwäche und Müdigkeit können aber noch wochenlang anhalten.

Typische Kennzeichen*	Grippe (Influenza)	Erkältung
Plötzliches Auftreten	● ● ●	●
Kopf-/Gliederschmerzen	● ● ●	●
Schnupfen	●	● ● ●
Hohes Fieber	● ● ●	●
Trockener Husten	● ● ●	●

\* keine Ausschliesslichkeit



## Wie kann ich mich mit Grippeviren anstecken?

Grippeviren werden durch sogenannte Tröpfcheninfektionen übertragen, d. h. durch Niesen, Husten oder auch einfach mit der Atemluft. Die Viren haften an Händen, Türklinken, Geldscheinen und anderen Gegenständen. Durch Berühren des Mundes oder der Nase gelangen die Viren dann über die Schleimhäute in die Atemwege.

Gerade dort, wo sich viele Menschen aufhalten, wie in öffentlichen Verkehrsmitteln, in Krankenhäusern, Schulen oder Kindergärten, ist die Infektionsgefahr besonders hoch.

## Wie kann ich mich gegen Grippe schützen?

Die Impfung ist eine Vorbeugungsmassnahme gegen eine Grippeinfektion. Sie können aber noch mehr tun – dies hilft Ihnen unter Umständen auch, sich gegen Erkältungsviren zu schützen, gegen welche die Grippeimpfung keine Wirkung zeigen kann:



Häufiges Händewaschen mit Seife



Ausreichend frische Luft und vitaminreiche Ernährung



Benutzen Sie ein Papiertaschentuch, wenn Sie niesen oder husten müssen und entsorgen Sie dieses sofort nach Gebrauch



Husten oder niesen Sie besser in die Armbeuge, falls Sie kein Papiertaschentuch zur Hand haben



Meiden Sie, wenn möglich, in der Grippe- (und Erkältungszeit) grössere Menschenansammlungen wie im Zug, bei Konzerten o. ä.



## Was sind die Komplikationen einer Grippeinfektion?

Bei einer Grippeinfektion können Komplikationen in Form einer weiteren Infektion («Sekundär-Infektionen») auftreten: Das Immunsystem ist mit der Abwehr der Grippeviren stark beschäftigt und damit wird der Körper deutlich anfälliger für andere Keime wie z.B. Bakterien: Lungen-, Herzmuskel- oder Hirnhautentzündungen können als Folge einer Grippe auftreten.

## Wer gehört zu den «Risikogruppen»?

Personen mit einem erhöhten Komplikationsrisiko bei einer Grippeerkrankung.

Das BAG empfiehlt die Grippeimpfung bei:



Personen ab 65 Jahren



schwangeren und stillenden Frauen



Erwachsenen und Kindern mit chronischen Erkrankungen



PatientInnen und MitarbeiterInnen in Alters- und Pflegeheimen, sowie Ärztinnen und Pflegefachpersonen.



Frühgeborene ab dem 6. Lebensmonat, MitarbeiterInnen in Kinderkrippen oder Personen, welche im regelmässigen beruflich oder privaten Kontakt sind zu den oben genannten Risikogruppen

Entsprechend der Empfehlung der Schweizer Impfexperten wird diesen Personen zur jährlichen Grippe-Impfung im Herbst geraten.

Gerade Komplikationen und Folgeinfektionen durch das geschwächte Immunsystem lassen die Grippe zu einer



schweren Erkrankung werden, die in der Schweiz jährlich bis zu 112 000–275 000 Arztkonsultationen, 1000 bis 5000 Hospitalisierungen sowie bis zu 1500 Todesopfer fordert.

Aber jeder kann an Grippe erkranken und damit wiederum andere anstecken!

## Wie funktioniert die Grippeimpfung?

Die Impfung mit abgetöteten Grippeviren hilft dem Körper, sich auf die Abwehr mit lebenden Viren gut vorzubereiten: Es werden Antikörper gebildet, die dann umso schneller und effizienter die eindringenden Erreger bekämpfen können.

Grippeviren verändern sich kontinuierlich: Daher ist eine jährliche Impfung zu empfehlen. Die Weltgesundheitsorganisation (WHO) gibt einmal im Jahr eine Empfehlung und Prognose heraus und der Impfstoff wird entsprechend diesen Empfehlungen jedes Jahr neu hergestellt.

## Wie wirksam ist eine Grippeimpfung?

Die Wirksamkeit einer Grippeimpfung wird vom Bundesamt für Gesundheit auf 70–90 % bei unter 50-jährigen und auf 30–50 % bei SeniorInnen angegeben. Sie bietet keinen 100 %-igen Schutz, unterstützt aber den Körper selbst im Falle einer Infektion im Vergleich zu Nicht-Gepimpften: Der Verlauf kann gemildert werden und die Rate an Komplikationen verringert werden: Die Anzahl an Arztbesuchen, Spitalaufenthalten und ebenso die Sterblichkeit kann durch die Grippeimpfung gesenkt werden.



## Wie verträglich ist eine Grippeimpfung?

Die Grippeimpfung ist im Allgemeinen gut verträglich. Wie bei jeder anderen Impfung können in den ersten beiden Tagen lokale Reaktionen wie eine Schwellung oder eine Rötung an der Einstichstelle auftreten oder es kann zu leichten Kopfschmerzen oder Fieber mit einem allgemeinen Krankheitsgefühl kommen. Diese unerwünschten Wirkungen sind zu meist harmlos und klingen ohne Therapie innerhalb von Tagen ab.

Wenn Sie unter Fieber oder einer akuten Erkrankung leiden, müssen Sie Ihren Impftermin verschieben. Personen, die gegen die Bestandteile der Impfung wie z. B. Hühnerei allergisch sind, wird von der Impfung abgeraten.



Eine Impfung hilft Ihnen und anderen, sich vor der Grippe zu schützen und die Verbreitung der Viren einzudämmen. Sprechen Sie mit Ihrem Arzt oder Apotheker.



Gehörst du zu einer Gruppe  
mit erhöhtem Risiko bei einer  
Grippeerkrankung?  
Hier gehts zum BAG-Impfcheck:



**SANOFI PASTEUR** 

**sanofi-aventis (schweiz) ag · Sanofi Pasteur**  
Route de Montfleury 3 · 1214 Vernier · Schweiz  
Tel. : +41 (0)58 440 21 00 · Fax : +41 (0)58 440 35 20  
[www.sanofi.ch](http://www.sanofi.ch)