



INFLUENZAPANDEMIE

**„Eine Influenzapandemie ist unausweichlich.
Wann diese ausbricht, ist nur noch eine Frage der Zeit“**

Das sind die Worte von Klaus Stöhr, Wissenschaftler der Weltgesundheitsorganisation (WHO). Influenzapandemien treten statistisch alle 20 bis 30 Jahre auf. Voraussetzung dafür ist ein neuer Erreger mit verändertem Erbgut, dem unser Immunsystem mangels Antikörper keinen Schutz bietet. Da wir seit mehr als 40 Jahren von Pandemien verschont blieben, sind auch statistisch die Chancen für eine neue Krankheitswelle gestiegen. Durch die mittlerweile grenzenlose Mobilität (Flugverkehr) wird deren Eingrenzung erschwert.



Influenza

Die Influenza (echte „Grippe“ - nicht zu verwechseln mit dem „grippalen Infekt“) ist eine seit Jahrzehnten bekannte Infektionskrankheit des Menschen, die in Österreich in jedem Winter mit unterschiedlicher Heftigkeit zu Ausbrüchen führt. Influenzaviren sind in der Lage, sich von Epidemie zu Epidemie zu verändern. Damit werden Therapiestrategien und die Entwicklung von Impfstoffen erschwert.

Die Ansteckung erfolgt hauptsächlich durch ...

- ▲ Tröpfcheninfektion durch Ausatmen, Husten oder Niesen
- ▲ Schmierinfektion beim direkten Kontakt mit infizierten Menschen oder Gegenständen

Wer sorgt vor?

Österreich

Österreich hat mit entsprechenden Plänen auf Bundes- und Landesebene die Voraussetzungen für die professionelle Pandemiebewältigung bereits geschaffen.

Sie selbst!

Trotz aller behördlicher Maßnahmen ist Ihre aktive Mitarbeit notwendig! Helfen Sie mit! Sorgen Sie für sich selbst und Ihre Familie vor!

Eigenvorsorge & Selbstschutz

Wie schützen Sie sich gegen eine Ansteckung?

- ▲ Vermeiden Sie Menschenansammlungen, Kino, Theater, Märkte, Bus, U-Bahn etc.
- ▲ Schicken Sie Ihr Kind nicht in den Kindergarten oder Schule.
- ▲ Verzichten Sie auf Umarmungen.
- ▲ Verzichten Sie auf Händeschütteln.
- ▲ Verwenden Sie nur eigenes Geschirr, Gläser und Besteck.
- ▲ Waschen Sie regelmäßig die Hände.
- ▲ Tragen Sie geeignete Mundschutzmasken.
- ▲ Lassen Sie sich und Ihre Kinder impfen.
- ▲ Tätigen Sie nur unbedingt notwendige Einkäufe.
- ▲ Tragen Sie Mundschutzmasken.

Wenn Sie dennoch erkranken?

- ▲ Kontaktieren Sie Ihren Hausarzt, wenn Sie Symptome der Influenza bemerken.
- ▲ Schleppen Sie sich nicht in die Arbeit oder Schule, denken Sie an Ihre Mitmenschen.
- ▲ Achten Sie darauf, dass Sie nicht weitere Personen infizieren.
- ▲ Verwenden Sie Einmal-Taschentücher.
- ▲ Nehmen Sie viel Flüssigkeit zu sich.
- ▲ Halten Sie unbedingt Bettruhe ein.
- ▲ Nehmen Sie die vom Arzt vorgeschriebene Medikation ein.

Bevorraten Sie die wichtigsten Dinge in Ihrem Haushalt!

- ▲ Legen Sie einen Getränke- und Lebensmittelvorrat an.
- ▲ Halten Sie Ihre Hausapotheke am aktuellsten Stand.
- ▲ Bevorraten Sie ausreichend Hygienemittel.

Impfen schützt!

Es gibt kaum eine vorbeugende Maßnahme im Selbstschutz, bei der die Erfolgsquote derart hoch ist, wie beim Impfen. Durch diese Vorsorge hat jeder die Möglichkeit, schwere gesundheitliche Schäden oder gar den Tod zu verhindern.

Der optimale Zeitraum für die Impfung liegt zwischen Oktober und November eines jeden Jahres. Da es lediglich etwa zwei Wochen dauert, bis ein vollständiger Impfschutz aufgebaut ist, kann eine Impfung auch noch am Beginn einer Grippewelle sinnvoll sein. Folgende Risikogruppen sollten sich in jedem Fall impfen lassen:

- ▲ Menschen über 65 Jahren
- ▲ Menschen mit Immunschwäche
- ▲ Asthmakranke
- ▲ Menschen mit Stoffwechselerkrankungen
- ▲ Menschen mit einer chronischen Lungen- oder Herz-Kreislauf-Erkrankung
- ▲ Menschen, die in Pflegeheimen leben
- ▲ Medizinisches Personal, Pflegepersonal, Polizisten, Sanitäter, Personen im Transportwesen usw.

