

## WAS SIE WISSEN SOLLTEN

### Was bedeutet „Influenza“?

Influenza („Echte Grippe“) ist eine hochinfektiöse Erkrankung der Atemwege, welche durch das Influenzavirus verursacht wird. (Im Unterschied zu, durch andere Viren verursachte grippale Infekte, die einen weit mildereren Krankheitsverlauf darstellen, als die echte Grippe).

### Wie wird das Virus übertragen?

Influenza wird durch so genannte Tröpfchen, die beim Husten oder Niesen aus Mund oder Nase geschleudert werden, übertragen. Außerdem ist die Übertragung auch über durch das Influenzavirus verunreinigte Oberflächen (z.B. Arbeitsflächen, Gegenstände) oder über die Hände, möglich. Erwachsene sind in der Regel zwei Tage vor und fünf Tage nach Auftreten der Symptome infektiös, Kinder sieben Tage oder länger.

### Wie lange dauert die Erkrankung?

Ungefähr eine Woche bei komplikationslosem Verlauf.

**Aktuelle Infos** unter:

[Landessanitaetsdirektion.steiermark.at](http://Landessanitaetsdirektion.steiermark.at)

## Influenza-Pandemie-Planung für das Land Steiermark

Landesamtsdirektion  
FA für Gesundheitswesen FA8B

### Was sind die Symptome?

Plötzlicher Krankheitsbeginn und eines oder mehrere der folgenden Symptome:

- ◆ Fieber über 38°C
- ◆ Muskelschmerzen
- ◆ Trockener Husten
- ◆ Kopfschmerzen
- ◆ Halsschmerzen
- ◆ Schwere Erschöpfung

**Sollten Sie diese Symptome feststellen, bleiben Sie zu Hause und vermeiden Sie Menschenansammlungen.**

**Für weitere Fragen rufen Sie die Hotline 050 555 555**

## WICHTIG

- ◆ Vermeiden Sie Menschenansammlungen (Kino, Massenverkehrsmittel).
- ◆ Vermeiden Sie engen Kontakt mit anderen Menschen.
- ◆ Tätigen Sie nur unbedingt notwendige Einkäufe.
- ◆ Verwenden Sie nur eigenes Geschirr, Gläser und Besteck.
- ◆ Vermeiden Sie Händekontakt — Waschen Sie sich häufig und gründlich die Hände (Seife oder Desinfektionsmittel).
- ◆ Vermeiden Sie es, Ihre Augen, Nase oder Mund zu berühren.
- ◆ Verwenden Sie Einmaltaschentücher, die Sie in Plastiksäcken entsorgen.
- ◆ Trinken Sie viel Flüssigkeit.
- ◆ Vermeiden Sie Aspirin, wenn sie unter 15 Jahren sind oder bestimmte Gerinnungshemmer einnehmen.
- ◆ **Kontaktieren Sie sofort Ihre/n Hausärztin/-arzt, wenn bei bestehender Influenza, trotz Einhalten der vorhergehenden Empfehlungen, einer der folgenden Fälle eintritt:**
  - Ausschlag
  - Extreme Müdigkeit (Schläfrigkeit)
  - Verschlechterung des Zustandes
  - Kurzatmigkeit
  - stechende Schmerzen in der Brust beim tiefen Einatmen