

## Grippeimpfung im Betrieb 2010

Die Grippe (Influenza A- und Influenza-B-Viren) ist eine akute Infektionskrankheit und eine ernst zu nehmende Erkrankung, deren Folgen und Komplikationen oft unterschätzt werden. Von ihr sind keineswegs nur Kinder und ältere Menschen betroffen, sondern auch viele gesunde Arbeitnehmer zwischen 16 und 65 Jahren. In der Grippe-Saison gehen etwa 10 bis 12 % aller Fälle von Arbeitsunfähigkeit auf das Konto der Influenza.

### Übertragungsweg

Vor allem in geschlossenen Räumen wird das Grippe-Virus durch Niesen und Husten leicht von Person zu Person übertragen. Noch bevor die Grippe überhaupt ausbricht, können andere Menschen am Arbeitsplatz, in der Familie oder im Bekanntenkreis angesteckt werden. Auch Menschen, die zwar mit dem Grippe-Virus infiziert sind, sich aber nicht krank fühlen, können das Virus auf andere Personen übertragen. Dies ist insbesondere ein Problem für Risikopersonen wie alte Menschen oder Personen mit einer Grunderkrankung. Aber auch für Kinder ist eine Erkrankung belastend und für die Eltern bedeutet es Arztbesuche, schlaflose Nächte und Fehlzeiten im Betrieb.

### Symptome

Typisch für die Grippe ist ein *plötzlicher Ausbruch* der Erkrankung. Symptome sind hoher Fieberanstieg, Husten, Schnupfen und Halsschmerzen sowie Schüttelfrost, Muskel- und Gliederschmerzen. Später können weitere Symptome wie Kopfschmerzen, Lymphknotenschwellung oder Schweissausbrüche dazu kommen. Kehlkopfentzündung, Bindehautentzündung, Bronchitis, Durchfall oder Erbrechen sind weitere Grippe-symptome.



### Krankheitsverlauf

Patienten, bei denen die Grippe ohne Komplikationen verläuft, genesen innerhalb von 1 bis 2 Wochen nach Infektionsbeginn. Sie fühlen sich jedoch noch einige Wochen lang abgeschlagen und ihre Leistungsfähigkeit ist stark eingeschränkt.

Die Krankheit ist nicht ungefährlich. Komplikationen wie Stirnhöhlen- und Mittelohrentzündungen, Bronchitis, Lungenentzündungen und Kehlkopfentzündung können auftreten. Bestehende Krankheiten wie Asthma oder Zuckerkrankheit können sich stark verschlimmern. In der Schweiz sterben jedes Jahr zwischen 400 und 1'000 Personen der Gesamtbevölkerung an den Folgen der Grippe. 1'000 bis 5'000 Personen werden aufgrund einer Grippeerkrankung ins Spital eingeliefert.

### Schutz durch Impfen

Die Impfung stellt den besten Schutz gegen die Grippe dar. Die Zusammensetzung des Impfstoffs wird jedes Jahr nach den Empfehlungen der WHO<sup>1)</sup> angepasst.



Der von uns verwendete Impfstoff Inflexal V enthält keine Konservierungsmittel wie Quecksilber oder Formaldehyd. Er besteht lediglich aus hochgereinigten Grippevirus-Antigenen gemäss den Empfehlungen der WHO. Daher ist die Verträglichkeit sehr gut. Laut Hersteller kommt auf 100'000 Impfungen nur eine spontane Nebenwirkungsmeldung.

### Wichtig

Der Grippeimpfstoff ist nur gegen Grippeviren (Influenza A und B), jedoch nicht gegen alle anderen im Winter zirkulierenden Erkältungsviren wirksam. Gleichzeitig bietet er dieses Jahr Schutz gegen das Schweinegrippe-Virus (A/H1N1, pandemischer Typ).

<sup>1)</sup> Weltgesundheitsorganisation

## Argumente zur Grippe-Schutzimpfung

---

### 'Ich bin gesund, die Grippe kann mir doch nichts anhaben' - *aber*

- Die richtige Grippe ist kein Vergnügen: hohes Fieber, starke Kopf- und Gliederschmerzen, Atembeschwerden
  - Schwere Epidemien treten immer wieder auf und können auch bei jungen, gesunden Menschen gefährlich sein.
  - Denken Sie auch an Ihre Freizeit und Ihre Familie: Einschleppen der Grippe vom Arbeitsplatz in die Familie, Ausfall der kinderbetreuenden Mutter etc., Vergrippte Winterferien.
- 

### 'Jetzt gibt es ja wirksame Medikamente gegen die Grippe' - *aber*

- Entsprechende Medikamente sind sehr teuer.
  - Die Medikamente nützen nur, wenn sie ganz zu Beginn der Grippe eingenommen werden. Im frühen Stadium der Grippe sind die Symptome aber noch sehr unspezifisch und sie wissen nicht, ob es sich wirklich um die Grippe oder nur um eine harmlose Erkältung handelt.
  - Die Medikamente verhindern die Grippe nicht; sie verkürzen sie nur.
- 

### 'Die Grippe durchmachen stärkt das Immunsystem' - *aber*

- Das Immunsystem wird täglich und kontinuierlich durch Kontakt mit zahlreichen Viren und Bakterien aktiviert.
  - Auch der Grippe-Impfstoff (es handelt sich um Teile von abgetötete Grippeviren) aktiviert das Immunsystem.
  - Die Vorstellung, dass jede durchgemachte Infektionskrankheit das Immunsystem stärkt ist wissenschaftlich nicht haltbar.
- 

### 'Es nützt sowieso nichts, es gibt so viele Viren, mit denen man sich anstecken kann' - *aber*

- Die Wirksamkeit ist gut dokumentiert. Die bekannten Grippestämme werden erfasst.
  - Andere Viren können weiterhin Erkältungskrankheiten verursachen. Diese sind in der Regel viel harmloser. *Die Grippe darf nicht mit einer Erkältungskrankheit verwechselt werden.*
- 

### 'Die Grippe-Impfung hat viele Nebenwirkungen', 'Die Impfung macht krank' - *aber*

- Moderne Impfstoffe zeichnen sich durch eine sehr gute Verträglichkeit aus. Selten kommt es zu leichten Schmerzen im Oberarm oder leichten grippeähnlichen Symptomen. Diese Symptome stehen allerdings in keinem Verhältnis zu einer Grippeerkrankung.
  - Gut verträgliche Impfstoffe enthalten keine Konservierungsmittel wie Quecksilber oder Formaldehyd. Wer indessen realistischen Anlass hat anzunehmen, dass ihm der Impfstoff schaden wird, hat auch einen zu respektierenden Grund, sich nicht impfen zu lassen.
- 

### 'Ich ernähre mich gesund und nehme Vitamine zu mir, dann brauche ich keine Impfung' - *aber*

- Eine gesunde Lebensweise hilft nicht nur sich gegen Infekte zu schützen, sie vermindert auch das Risiko zu erkranken. Ein absoluter Schutz vor der Grippe kann damit aber nicht erreicht werden.
  - Der Schutz ist wirksamer, falls die Grippeimpfung mit einer gesunden Lebensweise kombiniert wird.
- 

### 'Die Grippeimpfung nützt nichts' - *aber*

- Jedes Jahr wird die Zusammensetzung des Grippeimpfstoffs von Experten der WHO nach einer eingehenden Situationsanalyse neu bestimmt. Grundlage dieser Voraussage sind die Ergebnisse aus der weltweiten Grippeüberwachung, welche die zirkulierenden Virusstämme im Auge behält.
  - Dank der Optimierung des Systems der Grippeüberwachung konnte bei der jährlichen Impfstoffzusammensetzung eine bemerkenswerte Erfolgsquote erreicht werden.
  - Obwohl der Schutz, nach einer Impfung nicht an Grippe zu erkranken für jüngere Menschen zu 70 bis 90 und für ältere zu 30 bis 80 % besteht, erweist sich die Impfung auch für diejenigen als sinnvoll, die später trotz Impfung an Grippe erkranken. Bei dieser Gruppe ist nicht nur ein abgeschwächter Verlauf der Krankheit zu beobachten, sondern sie scheiden auch markant weniger Virusmaterial aus, so dass sich die entsprechende Ansteckungsgefahr deutlich vermindert.
  - Es hat sich gezeigt, dass sich die Schutzwirkung durch regelmässige, alljährliche Wiederholung verbessern lässt.
- 

**Aktion Grippeimpfung im Betrieb - Fragen Sie uns an! [info@aeh.ch](mailto:info@aeh.ch)**