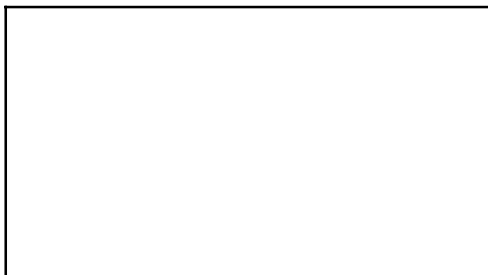


Hier finden Sie Rat und Hilfe:

- **Niedersächsisches Ministerium für Soziales, Frauen, Familie und Gesundheit**
Das Ministerium stellt auf seiner Homepage viele Informationen über die aktuelle Situation der neuen Grippe zur Verfügung unter www.grippeschutz.niedersachsen.de
www.ms.niedersachsen.de/
- **Niedersächsisches Landesgesundheitsamt**
Info-Telefon: 0511/ 4505-555 (Mo. – Fr. 10.00 – 12.00 Uhr)
www.nlga.niedersachsen.de
- **Bundesministerium für Gesundheit**
Informationen zur bundesweiten Impfung, Info-Materialien und Ansprechpartner auf Landesebene unter www.neuegrippe.bund.de
Hotline: 030/ 346 465 100 (Mo. – Fr. 8.00 – 18.00 Uhr)
- **Robert Koch-Institut**
Alle wichtigen Informationen rund um die neue Influenza und Schutzimpfungen erhalten Sie unter www.rki.de/influenza
- **Auswärtiges Amt**
Reiseempfehlungen
www.auswaertiges-amt.de

Ihre Apotheke vor Ort:



Impressum

landes**apothekerverband**
niedersachsen e.V.

Rendsburger Straße 24
30659 Hannover
www.lav-nds.de

Ihre Apotheke informiert:

Schweinegrippe

(Neue Influenza A/H1N1/09)

Wie kann ich mich schützen?

Welche Medikamente helfen?

Wo finde ich Rat und Hilfe?



Was ist das Besondere an Grippeviren?

Grippeviren verändern sich genetisch ständig – sie können ihre Erbinformation untereinander austauschen und so neue Varianten produzieren. Der Erreger der Schweinegrippe, das neue A/H1N1-Virus, ist eine Unterform der Influenza A-Viren, die Menschen, Vögel und Säugetiere befallen kann.

Welche Gefahr besteht bei der Schweinegrippe?

Da es sich bei der Schweinegrippe um ein neues Influenzavirus handelt, besteht in der Bevölkerung kein ausreichender Immunschutz vor einer Erkrankung. Bislang verläuft die Krankheit im Vergleich zu anderen Grippeformen milde. Allerdings kann es bei chronisch kranken Personen und Schwangeren zu schwereren Verläufen kommen. Außerdem besteht die Gefahr, dass sich das H1N1-Virus verändert und sich aggressivere Varianten bilden.

Wie wird die Krankheit übertragen?

Die Ansteckung erfolgt über eine Tröpfcheninfektion beim Sprechen, Husten oder Niesen. Wahrscheinlich ist auch eine Ansteckung über Kontaktinfektion, wenn sich der Erreger auf Türklinken, Handflächen usw. befindet. In der Regel bricht die Krankheit ein bis sieben Tage nach der Ansteckung aus.

Welche Symptome treten auf?

Die Symptome ähneln denen der jährlichen Wintergrippe:

- plötzlicher Krankheitsbeginn
- hohes Fieber (über 38 Grad)
- Husten oder Atemnot
- Muskel-, Kopf- und/oder Gliederschmerzen
- Appetitlosigkeit
- Müdigkeit
- teilweise Übelkeit, Erbrechen und Durchfall

Wie kann ich mich und andere schützen?

Eine Impfung kann vor einer Ansteckung schützen. Außerdem können einfache Vorsichtsmaßnahmen eine Ausbreitung der Krankheit eindämmen:

- Regelmäßiges Händewaschen mit Seife und Wasser
- Einweghandtücher verwenden
- Nicht in die Hand, sondern in die Ellenbeuge oder in ein Einmaltaschentuch niesen und husten
- Auf Händeschütteln verzichten
- Häufiges Lüften geschlossener Räume
- Kontakt zwischen Händen und Gesicht vermeiden

Was tue ich im Krankheitsfall?

Informieren Sie Ihren Hausarzt telefonisch über den Grippeverdacht. Möglicherweise gibt es besondere Sprechstunden für Influenza-Erkrankte. Reduzieren Sie den Kontakt zu anderen Menschen soweit wie möglich. Achten Sie auf eine sorgfältige (Hände-)Hygiene. Halten Sie Bettruhe ein, trinken Sie viel Flüssigkeit und vermeiden Sie körperliche Tätigkeiten.

Welche Medikamente stehen zur Verfügung?

Arzneimittel – so genannte Neuraminidasehemmer – mit dem Wirkstoff Oseltamivir (Tamiflu®) oder dem Wirkstoff Zanamivir (Relenza®) haben sich bei der Schweinegrippe als wirksam erwiesen.

Rezeptpflichtige Arzneimittel gegen Grippe sollten nicht bevorratet, nur unter ärztlicher Kontrolle und mit dem Rat des Apothekers eingenommen werden. Über- oder Unterdosierungen können die Folge sein. Letzteres kann die Bildung von resistenten Viren begünstigen. In diesem Fall wirken die Grippemittel dann nicht mehr.

Ihr Apotheker berät Sie gern zu möglichen Risiken, Nebenwirkungen und Wechselwirkungen mit anderen Medikamenten.