GWQ-INFORMATIONSBOX

Mich selbst und die Gesellschaft vor der Grippe und Corona schützen

Was ist eine Grippe?

Eine Grippe ist eine Erkrankung, die durch das Influenzavirus ausgelöst wird. Zu den Symptomen einer Grippe zählen typischerweise hohes Fieber, Kopf-, Glieder- und Rückenschmerzen sowie Husten, Schnupfen, Halsschmerzen und Heiserkeit [1, 2].

Die Übertragung von Influenzaviren erfolgt überwiegend durch virushaltige Tröpfchen, die insbesondere beim Niesen oder Husten ausgeschieden und über eine geringe Distanz in die Atemwege von anderen Personen gelangen können.

Auch über den Kontakt mit Oberflächen (z. B. Türklinken) oder Händen, die mit virushaltigem Sekret (Speichel, Auswurf) verunreinigt sind, kann man sich anstecken [2].

Was ist Corona und was ist COVID-19?

Das neuartige Coronavirus (SARS-CoV-2) kann eine grippe-ähnliche Erkrankung auslösen, die man COVID-19 nennt. Diese Erkrankung verläuft in den meisten Fällen milde oder sehr milde. Bei manchen Menschen kann der Verlauf jedoch zu einer Lungenentzündung oder zum Tod führen [4]. Weitere Symptome können Fieber, trockener Husten, Müdigkeit oder Kurzatmigkeit sein [5].

Die Übertragung des Coronavirus erfolgt wie bei Influenzaviren überwiegend durch virushaltige Tröpfchen. Diese werden insbesondere beim Niesen, Sprechen oder Husten freigesetzt und von Kontaktpersonen über die Atemwege aufgenommen. Freigesetzte, kleinste Schwebeteilchen (Aerosole), die sich in der Luft geschlossener Räume verbreiten, bergen ebenfalls ein Infektionsrisiko. Ferner kann man sich beim Kontakt mit Oberflächen, die mit virushaltigem Sekret (Speichel, Auswurf) verunreinigt sind, anstecken (z. B. über Türklinken oder Händeschütteln) [4].

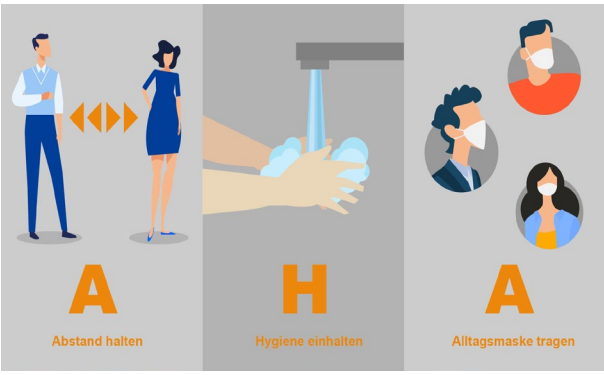
Wer ist besonders gefährdet?

Gruppen, die ein hohes Risiko für schwere Verläufe in sich tragen, ähneln sich bei beiden Erkrankungen stark: Senioren, Menschen mit chronischen Leiden, Schwangere, Bewohner*innen in Alters- und Pflegeeinrichtungen.

Wie kann man sich schützen?

Für die Grippe und Corona gilt gleichermaßen die AHA-Regel: **A**bstand halten, **H**ygiene einhalten (Händewaschen, „Nies- und Husten-Etikette“) und **A**lltagsmaske tragen.

Für einige Grippeerreger gibt es zusätzlich eine sogenannte Grippeimpfung. Sie schützt nicht vor Corona. Aber: Menschen aus Risikogruppen, die sich gegen Grippe impfen lassen, können sich vor schweren Grippeverläufen schützen und gegebenenfalls Engpässe in der Versorgung vermeiden helfen.



GWQ-INFORMATIONSBOX

Mich selbst und die Gesellschaft vor der Grippe und Corona schützen

Was ist eine Grippeschutzimpfung?

Bei der Grippeschutzimpfung werden inaktive oder geschwächte Influenzaviren in den Muskel oder unter die Haut gespritzt. Das Immunsystem bildet daraufhin Antikörper für diesen speziellen Virus. Kommt eine Person in der Folge mit einem aktiven Influenzavirus derselben Art in Kontakt, kann das Immunsystem schneller auf das Virus reagieren und es bekämpfen [3].

Wer kann eine Grippeschutzimpfung in Betracht ziehen?

Die Ständige Impfkommission (STIKO) des Robert Koch-Instituts empfiehlt insbesondere Menschen mit einem erhöhten Risiko für einen schweren Verlauf der Erkrankung (z. B. ältere Menschen, Schwangere und Menschen mit chronischer Erkrankung), sich jährlich gegen die saisonale Influenza impfen zu lassen. Des Weiteren können gesunde Erwachsene, die aufgrund ihres Berufes (z. B. medizinisches Personal) in engem Kontakt mit vielen Menschen stehen oder als Überträger des Grippevirus für Risikopersonen eine Gefahr darstellen, die Impfung in Betracht ziehen [2].

Was ist der Nutzen einer Grippeschutzimpfung? Welche Schäden können auftreten?

Die Zahlen stehen für gesunde Jugendliche und Erwachsene zwischen 16 und 65 Jahren, die entweder die Grippeschutzimpfung erhalten oder nicht erhalten haben (z. B. stattdessen Placebo/Scheinimpfung). Die Personen wurden bis zu ein Jahr nach der Impfung beobachtet.

	Von je 100 Personen mit Scheinimpfung	Von je 100 Personen mit Grippeschutzimpfung
Nutzen		
Wie viele litten an einer bestätigten Influenzainfektion in einer Saison mit		
… hoher Verbreitung des Grippevirus?	10	4
… geringer Verbreitung des Grippevirus?	2	1
Schaden		
Wie viele litten innerhalb drei Wochen nach der Impfung an ...		
… Muskelschmerzen?	7	13
… Fieber?	1	2
… Kopfschmerzen?	etwa 15 in jeder Gruppe	

Kurz zusammengefasst

Bei Kontakt mit dem Influenzavirus kann die Impfung vor einer Infektion mit der Grippe schützen. Die Wirksamkeit der Impfung schwankt je nach Virenart und ihrer Verbreitung. Impfbedingte Kopfschmerzen, Rötungen, Schwellungen oder Schmerzen an der Einstichstelle sind typisch. Fieber und Muskelschmerzen treten durch Grippeimpfungen häufiger auf.

GWQ-INFORMATIONSBOX

Mich selbst und die Gesellschaft vor der Grippe und Corona schützen

Quellen
Die Informationsbox wurde erstellt durch: © Harding-Zentrum für Risikokompetenz (Direktor Gerd Gigerenzer) an der Fakultät für Gesundheitswissenschaften Brandenburg (Universität Potsdam)

[1] Demicheli V, Jefferson T, Al-Ansary LA, et al. Vaccines for preventing influenza in healthy adults. Cochrane Database Syst Rev 2018; 2:CD001269.

[2] Robert-Koch-Institut. Aktuelle Daten und Informationen zu Infektionskrankheiten und Public Health, „Impfstatus der Kinder und Jugendlichen in Deutschland, STIKO: Influenzaimpfungen in der COVID-19-Pandemie“. Epid Bull 2020 (32/33). Abrufbar unter: https://www.rki.de/DE/Content/Infekt/EpidBull/Archiv/2020/Ausgaben/32-33_20.pdf?__blob=publicationFile (15.10.2020).

[3] Buda S, Prahm K, Dürrwald R, et al. Bericht zur Epidemiologie der Influenza in Deutschland Saison 2017/18. Robert-Koch-Institut (Hg.). doi: 10.17886/rkipubl-2018-003.

[4] IQWiG. Wie kann man einer Coronavirus-Infektion vorbeugen? 2020. Abrufbar unter: https://www.gesundheitsinformation.de/wie-kann-man-einer-coronavirus-infektion-vorbeugen.3526.de.html (16.10.2020).

[5] Robert-Koch-Institut. COVID-19: Bin ich betroffen und was ist zu tun? Orientierungshilfe für Bürgerinnen und Bürger. 2020. Abrufbar unter: https://www.rki.de/DE/Content/InfAZ/N/Neuartiges_Coronavirus/Buerger/Orientierungshilfe_Buerger_de.pdf?__blob=publicationFile

Letzte Aktualisierung: Oktober 2020