



Informationen des Gesundheitsamtes Ludwigsburg für enge Kontaktpersonen von Patienten, die an Grippe (Influenza) erkrankt oder dessen verdächtig sind

Wenn in Ihrem näheren Umfeld bzw. in Ihrer Familie eine Person an einer Virus-Grippe (Influenza) erkrankt oder dessen verdächtig ist, kann diese den Erreger in einem Zeitraum ab 1 Tag vor Beginn der ersten Beschwerden bis 7 Tage nach Symptombeginn (bei Kindern bis 10 Tage nach Symptombeginn) weitergegeben haben bzw. weitergeben. Die größte Gefahr einer Infektion besteht in der Zeit um den Erkrankungsbeginn.

Die Übertragung erfolgt vor allem über Tröpfchen durch Husten, Niesen oder Sprechen.

Dieses Merkblatt richtet sich an alle Personen, die in dieser Zeit mit der oder dem Erkrankten

engen Kontakt hatten; dazu zählen:

- **Lebensgemeinschaft im gleichen Haushalt**
- **Intimkontakt**
- **Pflegerische Tätigkeit oder körperliche Untersuchung ohne adäquaten Schutz**
- **Vergleichbarer enger Kontakt mit einem hohen Risiko einer Übertragung**

Für die Dauer von 2 Tagen (die Inkubationszeit beträgt im Allgemeinen 1-2 Tage) nach dem letzten Kontakt zu einem Erkrankten sollten – sofern Sie nicht gegen Influenza geimpft sind - folgende Empfehlungen beachtet werden:

► Symptombeobachtung und Maßnahmen bei Erkrankung

Neben Fieber mit Temperaturen über 38° C (im After gemessen) können auch andere Grippesymptome, insbesondere ein plötzlich (innerhalb von Stunden) beginnendes Krankheitsgefühl mit Muskel-, Glieder- bzw. Kopfschmerzen, Halsschmerzen, Schnupfen, Husten oder Atemnot auftreten. Wenn Sie sich nicht sicher sind, messen Sie die Körpertemperatur täglich, um einen Erkrankungsbeginn sofort erkennen zu können.

Falls Sie in o. g. Zeitraum Kontakt zu der erkrankten Person hatten und selbst die oben beschriebenen Symptome entwickeln, nehmen Sie, wenn notwendig, Kontakt zu Ihrem behandelnden Arzt auf, so dass dieser Sie untersuchen und gegebenenfalls behandeln kann (bitte weisen Sie vorher unbedingt den Arzt telefonisch auf Ihr Anliegen hin, auch um zu verhindern, dass im Wartezimmer andere Personen angesteckt werden).

► Kontakteinschränkungen

Auch wenn Sie noch nicht erkrankt sind, sollten Sie – sofern Sie nicht gegen Influenza geimpft sind - bei Kontakten zu besonders anfälligen Menschen mit einem erhöhten Gesundheitsrisiko vorsichtig sein. Ein erhöhtes Risiko für einen schweren Krankheitsverlauf besteht vor allem bei:

- Chronischen Atemwegserkrankungen
- Anderen chronische Erkrankungen, z.B. des Herz-Kreislaufsystems, Diabetes mellitus, Immunschwäche
- Schwangerschaft
- Säuglingsalter
- Hohes Alter
- Starkes Übergewicht

Wenn Sie nicht gegen Influenza geimpft sind und in einem besonders sensiblen Bereich arbeiten (zum Beispiel in Krankenhäusern oder ambulanten medizinischen Bereichen, in Pflegeheimen oder vergleichbaren Einrichtungen) nehmen Sie ggf. vorab Kontakt mit Ihrem Arbeitgeber, Betriebsarzt und / oder dem Gesundheitsamt auf, um Schutzmöglichkeiten zu besprechen.

Falls Sie als Kontaktperson selbst zu einer der auf Seite 1 genannten Risikogruppen gehören, wenden Sie sich ggf. an Ihre behandelnde Ärztin oder Ihren Arzt - vorab telefonisch - und besprechen weitere Vorsorgemaßnahmen.

Besondere Hygieneempfehlungen:

- ✚ Halten Sie **Abstand von Erkrankten**, wenn Sie selbst nicht gegen Influenza geimpft sind. Bei erhöhtem Risiko sollten Sie sich möglichst nicht im gleichen Zimmer wie die erkrankte Person aufhalten.
Der zusätzliche Nutzen von Mund-Nasen-Masken ist nicht gesichert.
- ✚ Beachten Sie eine sorgfältige **Händehygiene**, d. h. häufiges Waschen mit Wasser und Seife, zusätzlich kann nach dem Kontakt mit Erkrankten ein Händedesinfektionsmittel für das Wirkungsspektrum „begrenzt viruzid“ nach Anweisungen des Herstellers verwendet werden.
- ✚ Beim **Husten oder Niesen** sollte ein **Papiertaschentuch** oder der **Ärmel** vor Mund und Nase gehalten werden und nicht die Hand. Eine sorgfältige Händehygiene ist anzuschließen.
- ✚ **Häufiges Lüften** der Wohn- und Aufenthaltsräume ist anzuraten.

Zur Beantwortung weiterer Fragen steht Ihnen das Gesundheitsamt Ludwigsburg telefonisch unter 07141 / 144-1300 zur Verfügung.

Für an Influenza erkrankte Personen steht ein gesondertes Informationsblatt des Gesundheitsamtes zu Verfügung: → ([Link](#))

Weitere aktuelle und umfangreiche Informationen zur Inluenza sind unter der Internetadresse www.rki.de des Robert Koch-Institutes Berlin zugänglich; für weitergehende Fragen zum Schutz vor Ansteckung empfehlen wir die Seite www.wir-gegen-viren.de.

Ihr Gesundheitsamt