



Hinweise zum Verhalten bei Verdacht auf eine Erkrankung an Neuer Grippe („Schweinegrippe“)

Stand: 23. Juli 2009

Ich bin krank – was nun?

Die typischen Krankheitszeichen der „Neuen Grippe“ sind:

- *Plötzlich beginnendes Krankheitsgefühl*
- *Fieber (38 °C und mehr) oder Schüttelfrost*
- *Schnupfen oder verstopfte Nase*
- *Halsschmerzen*
- *Husten oder Atemnot*
- *Muskel-, Glieder- und/ oder Kopfschmerzen.*

Sollten Sie bei sich eines oder mehrere der oben aufgeführten Krankheitszeichen feststellen, handeln Sie bitte folgendermaßen:

- *Setzen Sie sich mit Ihrem Hausarzt am Besten zunächst telefonisch in Verbindung und weisen Sie bei der Terminabsprache darauf hin, dass Sie möglicherweise an der Neuen Grippe erkrankt sind, damit in der Praxis entsprechende Vorkehrungen getroffen werden können.*
- *Nehmen Sie das private Auto zum Arzt oder nutzen Sie ein Taxi. Verzichten Sie dann bitte auf öffentliche Verkehrsmittel.*
- *Sobald Sie Krankheitszeichen feststellen, meiden Sie soweit wie möglich den Kontakt mit anderen Menschen.*
- *Bleiben Sie für die Dauer der Erkrankung zuhause und gehen Sie nicht zur Arbeit.*
- *Um Ihre Angehörigen und Mitbewohner zu schützen, sollten Sie für die Dauer der Erkrankung auf engen Körperkontakt wie Umarmen und Küssen verzichten.*

- *Meiden Sie insbesondere den Kontakt zu Menschen mit schweren chronischen Atemwegserkrankungen, angeborener oder erworbener Schwäche des Immunsystems, Schwangeren und Säuglingen.*

Was passiert, wenn ich zum Arzt gehe?

- *Sollte der Arzt Ihren Verdacht teilen, dass es sich bei Ihrer Erkrankung um die Neue Grippe handelt, wird er eine Untersuchung auf das Neue Influenza-Virus A H1N1 veranlassen und das zuständige Gesundheitsamt informieren.*
- *Ob eine Behandlung mit speziellen Medikamenten (Tamiflu oder Relenza) oder in schweren Fällen eine Krankenhausbehandlung notwendig ist, entscheidet der behandelnde Arzt.*
- *Die Laboruntersuchung auf die Neue Grippe kann möglicherweise ein bis zwei Tage dauern.*
- *Bestätigt sich der Verdacht auf Neue Influenza, wird das örtliche Gesundheitsamt Kontakt mit Ihnen aufnehmen und Sie darüber informieren, wie Sie sich für die Dauer Ihrer Erkrankung zu verhalten haben.*
- *In der Regel werden Sie aufgefordert werden, für die Dauer der Erkrankung zu Hause zu bleiben und insbesondere den Kontakt zu Personen zu meiden, die ein höheres Risiko haben, einen schweren Krankheitsverlauf zu erleiden.*
- *Auch werden Sie nach Ihren engen Kontaktpersonen gefragt werden. Arbeiten diese in Gemeinschaftseinrichtungen (zum Beispiel Krankenhaus, Altenpflegeheim, Kindertagesstätte o.ä.) oder haben diese ein erhöhtes Risiko besonders anfällige Personen anzustecken, müssen sie gegebenenfalls auch zu Hause bleiben oder werden zu besonderen persönlichen Schutzmaßnahmen angehalten.*

Allgemeine Hygieneempfehlungen für Erkrankte und Gesunde:

Die beste Maßnahme zur Verhütung der Weiterverbreitung der hoch ansteckenden Neuen Grippe ist die Einhaltung der persönlichen Hygieneregeln. Diese finden Sie in einem Faltblatt des Ministeriums für Arbeit, Gesundheit und Soziales des Landes Nordrhein-Westfalen. Es ist zu bestellen unter www.mags.nrw.de (Publikationen).

Weitere Informationen finden Sie auch unter www.neuegrippe.nrw.de.

[Informationen der Integrationsbeauftragten der Bundesregierung \(Flyer in 10 Sprachen\)](#)

Influenza-Pandemie – Hygiene beachten!

So verringern Sie das Ansteckungsrisiko.



Einfache Regeln für besseren Schutz:

Die Schutzimpfung ist die sicherste Schutzmaßnahme gegen die – landläufig Grippe genannte – Influenza. Die Entwicklung eines geeigneten Impfstoffs muss jedoch auf den gerade aktuellen Erreger abgestimmt werden – und benötigt daher Zeit.

Gerade zu Beginn einer Influenza-Pandemie, die sich rasant über Ländergrenzen hinweg ausbreitet, ist es daher wichtig, bestimmte Schutzvorschriften einzuhalten. Im Mittelpunkt stehen dabei die allgemeinen, ganz einfachen Hygieneregeln.

Wenn Sie die folgenden Hinweise des NRW-Gesundheitsministeriums beachten, ist das Risiko einer Ansteckung zwar nicht völlig ausgeschlossen – aber doch deutlich vermindert.

1. Beim Husten und Niesen Mund und Nase mit einem Einmaltaschentuch bedecken!
2. Das Taschentuch sofort nach Gebrauch in den Abfalleimer oder Müllbeutel entsorgen!
3. Nach dem Husten oder Niesen die Hände waschen!
4. Das Berühren von Augen, Nase und Mund vermeiden!
5. Anderen Personen nicht die Hand geben!
6. Menschenansammlungen meiden!
7. Einen gewissen räumlichen Abstand zu anderen Menschen einhalten!
8. Engen Kontakt zu Erkrankten – wenn möglich – vermeiden!
9. Bei Erkrankung zu Hause bleiben!
10. Häufig lüften!