



Neue Grippeviren: Potenzieller Bedrohung Paroli bieten

Sie sind winzig und mit bloßem Auge unsichtbar. Via Tröpfchen aus Atemwegssekreten wechseln sie mangels eigenem Stoffwechsel von einem Wirt zum nächsten. Ein leichtes Spiel haben Grippeviren überall dort, wo sich viele Menschen begegnen wie z. B. in Verkehrsmitteln, Schulen, Kaufhäusern oder Arbeitsstätten. Leistet das Opfer nicht genügend Widerstand, lösen sie vielfach eine u. U. bedrohliche Infektionserkrankung aus. Folgende Komplikationen wie akute Herz- und Kreislaufschwäche, Herzmuskelentzündung sowie zusätzliche bakterielle Infektionen wie Lungenentzündung können schlimmstenfalls innerhalb weniger Tage zum Tod führen. Plötzliches hohes Fieber und starke Kopfschmerzen sind mögliche Anzeichen einer Influenza. Bei Verdacht sollte die genaue Diagnose umgehend durch einen Arzt abgeklärt werden.

► **Neuartiges Virus alarmiert**
Neben den bekannten, primär im Winterhalbjahr zirkulierenden Grippetypen breitet sich gegenwärtig das „Schweinegrippe“-Virus weltweit rasch aus. Tückisch ist, dass sich zunächst relativ harmlose Viren jederzeit, leider nicht vorhersehbar wann, in hoch-

gefährliche verwandeln können. Die Weltgesundheitsorganisation (WHO) schätzt die Gefahr dafür hoch ein. Dazu ist unser Immunsystem gegen diese andersartige „Neue Grippe“ im Unterschied zur herkömmlichen noch nicht gerüstet. Denn Abwehrstoffe entwickeln sich erst mit dem Kennenlernen eines Erregers.

► **Impfen aktiviert Abwehr**

Einen adäquaten Anstoß und damit vorsorglichen Schutz bewirken spezifische Impfungen. Dabei wird ein Kontakt mit dem jeweiligen Erreger vorgetäuscht, ohne jedoch die Krankheit auszulösen. Impfungen gegen saisonale und „neue“ Grippeerreger werden z. B. empfohlen für besonders Gefährdete wie Säuglinge, Schwangere, ältere und durch Vorerkrankungen geschwächte Menschen sowie medizinisches Personal.

► **Finger weg vom Web**

Virushemmende Arzneistoffe können bei sofortiger Therapie den Krankheitsverlauf abschwächen. Die Angst der Bevölkerung ausnutzend, bieten dubiose, meist ausländische Händler solche Präparate im Internet frei an, obwohl diese eigentlich eine ärztliche Verschreibung erfordern. Vor einer Eigenbehandlung

muss dringend gewarnt werden. Eine vorbeugende Einnahme ist nutzlos und fördert die Resistenzbildung, d. h. im Ernstfall könnte die Wirkung ausbleiben und dem Virus verhelfen, sich weiter zu verbreiten. Oftmals ist auch der deklarierte Wirkstoff gar nicht enthalten, wie chemische Analysen aufgedeckt haben.

► **Hygiene reduziert Risiko**

Mit einfachen Hygieneregeln kann dagegen Jedermann sein Ansteckungsrisiko verringern: Die Hände geben meiden, auch nicht damit Augen, Nase oder Mund berühren sowie die Hände regelmäßig gründlich waschen bzw. unterwegs ersatzweise ein Desinfektionsmittel einreiben. Eine Atemschutzmaske ist vor allem für Erkrankte angebracht, um beim Husten, Niesen oder Sprechen ausgestoßene Erreger vor der Umgebung abzuhalten.

► **Immunfitness mobilisieren**

Ein starkes Abwehrsystem bietet wie ein Schutzschild Eindringlingen allgemein Paroli. Förderlich sind viel Bewegung an der frischen Luft, Saunagänge, genügend Schlaf und eine ausgewogene Ernährung mit reichlich Vitaminen, Mineralstoffen und Spurenelementen.

Text: © Deutsches Grünes Kreuz

Sie haben Fragen?



Wir beraten Sie gern, fachkundig und individuell!

Ihr Apotheker Rudolf Strunk

und das Team **Alte Apotheke** – Breite Str. 14 – 45657 Recklinghausen

Sie erreichen uns

Mo – Fr:
Sa:

08.15 – 18.30 Uhr
08.30 – 14.00 Uhr

Telefon:

Fax:

E-Mail:

Internet:

02361 - 23777

02361 - 21490

alte-apotheke-re@t-online.de

www.alte-apotheke-re.de