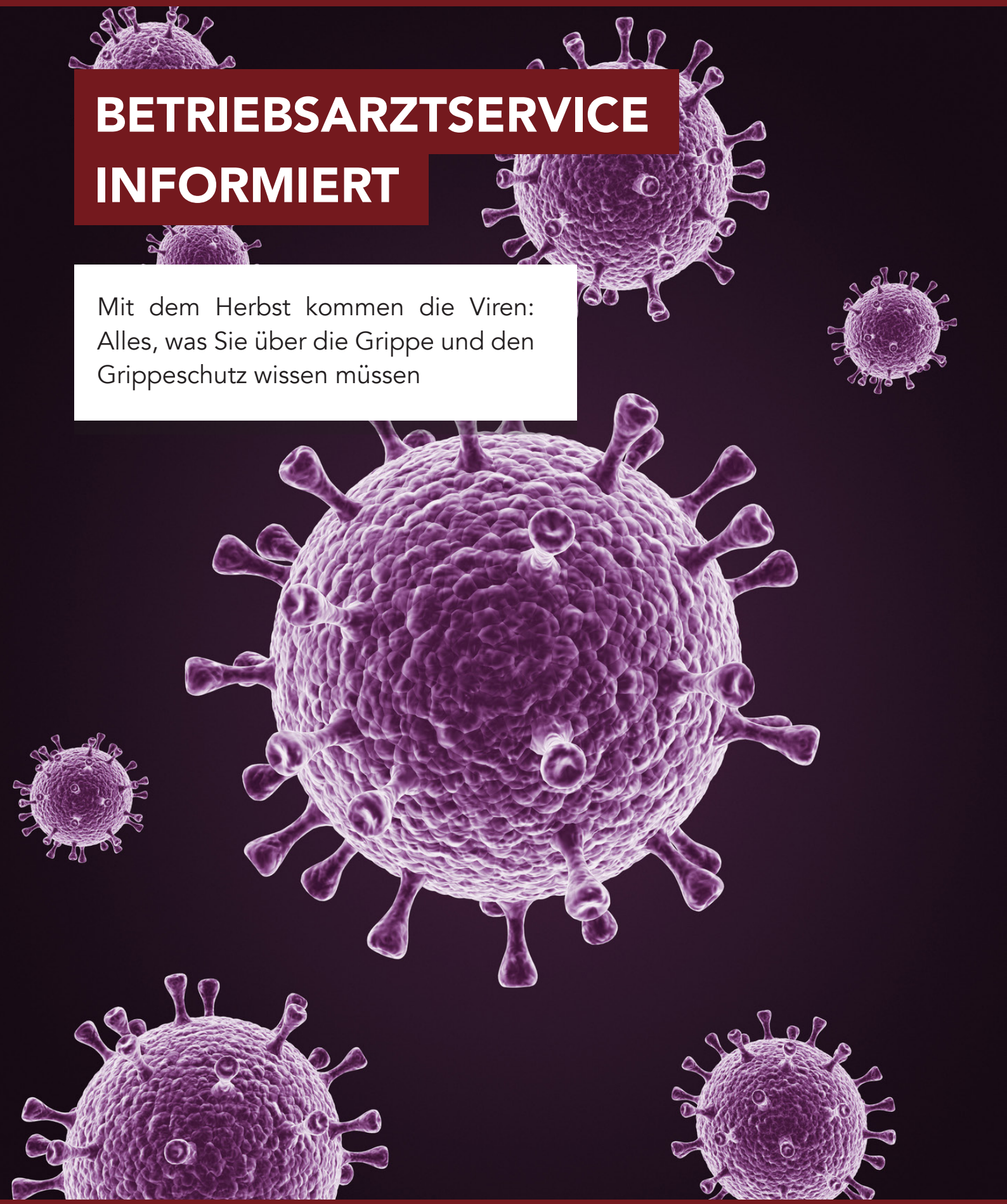
BETRIEBSARZT
SERVICE

BETRIEBSARZTSERVICE INFORMIERT

Mit dem Herbst kommen die Viren: Alles, was Sie über die Grippe und den Grippeschutz wissen müssen



INFOS ÜBER:
GRIPPE - GRIPPESCHUTZ

GRIPPE UND GRIPPESCHUTZ

Mit dem Spätherbst beginnt die Erkältungszeit. Vermehrt werden in dieser Zeit Menschen an diversen viralen Infekten der oberen Atemwege erkranken. Typische Symptome sind beginnendes Krankheitsgefühl, Husten, Schnupfen in Kombination mit Kopf- und Gliederschmerzen sowie leichtes Fieber, die nach einer Woche in der Regel überstanden sind. Der Volksmund spricht vom „grippalen Infekt".

Im Gegensatz hierzu ist eine echte Grippe (Influenza) eine potentiell schwere Erkrankung, die plötzlich mit hohem Fieber und starker Beeinträchtigung des Allgemeinzustands auftritt und eine hohe Komplikationsrate hat, welche zu einer saisonal erhöhten Mortalität führt. Eine erhöhte Komplikationsrate besteht vor allem bei Schwangeren, chronisch Kranken und alten Menschen. Patienten, die an einer Grippe erkranken, benötigen in der Regel zwei Wochen, um wieder zu genesen.

Die Viren werden häufig durch Tröpfcheninfektion übertragen: eine betroffene Person niest oder hustet und eine andere atmet die virushaltigen Tröpfchen ein. Auch Sekrete an Türklinken oder auf Knöpfen und Schaltern in öffentlichen Verkehrsmitteln können eine Grippeerkrankung auslösen, wenn man diese Stellen berührt und sich anschließend an die Nase oder die Augen fasst. Man spricht hier auch von einer Schmierinfektion. Durchschnittlich sind Erkrankte ab den ersten Grippesymptomen etwa fünf bis sieben Tage lang ansteckend – in manchen Fällen jedoch auch schon vor den ersten Anzeichen der Influenza.

Jedes Jahr kommt es zu einer weltweiten Grippewelle, diese tritt meist um den Jahreswechsel in Deutschland/Europa auf. Von Jahr zu Jahr variieren die Zahl der Infizierten und Erkrankten sowie die Anzahl der schweren Krankheitsverläufe und Todesfälle erheblich. Besonders gefährdet – insbesondere auch für Komplikationen während einer Grippe – sind schwangere Frauen, Personen im Alter von über 65 Jahren, chronisch Kranke und Personen mit einer Immun- oder Stoffwechselkrankheit.

INFLUENZAVIREN SIND ECHTE VERWANDLUNGSKÜNSTLER

Die Influenzaviren tragen verschiedene Oberflächenstrukturen (Hüllproteine), auf die unser Immunsystem mit einer Antikörperbildung reagieren kann. Unser Immunsystem wird dann bei entsprechendem Kontakt immun gegenüber dem Virus. Allerdings können Influenzaviren hochvariabel ihre Oberflächenstrukturen verändern, so dass in der Grippezeit viele verschiedene Variationen (Virenstämme genannt) zeitgleich auftreten.

WIE KANN MAN SICH VOR DER GRIPPE SCHÜTZEN?

Besonders wichtig während der Grippezeit ist eine gute Hygiene: um einer Erkrankung vorzubeugen, ist regelmäßiges Händewaschen für 20 bis 30 Sekunden mit Seife das A und O der Grippeprävention. Zudem sollte man sich nicht ins Gesicht fassen und, sofern möglich, Händeschütteln und größere Menschenansammlungen in der Grippesaison vermeiden. Da sich die Viren vor allem durch Niesen, Husten und das Sprechen in der Luft verteilen, empfiehlt es sich auch, alle Räume stündlich einmal durchzulüften und die Keime in der Luft so zu verringern.

DIE WHO HAT INFLUENZA STETS IM BLICK

In Erinnerung an historisch schwere Grippeepidemien und um die Variabilität des Influenzavirus wissend, verfolgt die Weltgesundheitsorganisation (WHO) das Infektionsgeschehen stets aufmerksam. Sie empfiehlt jährlich, welche Influenzastämme Impfstoffhersteller berücksichtigen sollten, um möglichst effektiv impfen zu können. Die WHO unterscheidet in Ihren Empfehlungen zwischen sogenannten trivalenten (gegen 3 Stämme) und tetravalenten (4 Stämmen) Impfstoffen.

Die aktuelle WHO Empfehlung für den tetravalenten Impfstoff 2019/2020 lautet:

A/Brisbane/02/2018 (H1N1)
A/Kansas/14/2017 (H3N2)
B/Colorado/06/2017 - like virus (B/Victoria/2/87 lineage)
B/Phuket/3073/2013 - like virus (B/Yamagata/16/88 lineage)

Damit verändert die WHO vorausschauend die Empfehlung im Vergleich zum Vorjahr 2018/2019.

IMPFSTOFFHERSTELLUNG IST AUFWENDIG UND SICHER

Die Herstellung und Zulassung von Grippeimpfstoffen ist ein langwieriger Prozess, der unter strengen Kontrollen nach Europäischen Rechtsvorschriften und dem deutschen Arzneimittelgesetz erfolgt. Die Grippeimpfstoffe enthalten keine intakten Viren, sondern „nur“ deren inaktive Oberflächenstrukturen (Hüllproteine), die das Immunsystem zur Antikörperbildung anregen, so wird das Immunsystem nach Impfung bei Kontakt mit dem echten Virus auf dessen Hülle mit einer Abwehrreaktion reagieren.

Bevor der entsprechende Impfstoff in Deutschland erhältlich ist, muss jede einzelne Impfcharge eines Herstellers vom Paul Ehrlich Institut (PEI) freigeben werden. Bei der komplexen Produktion

(Impfstoffe werden durch Virusanzucht in Hühnereiern mit anschließender Aufreinigung produziert) und den hohen Qualitätsvorgaben kann es immer wieder zu sogenannten Produktionsengpässen kommen.

In der Regel stehen ab September (KW 40) die ersten Chargen bereit.

WELCHEN IMPFSTOFF BENUTZT BETRIEBSARZTSERVICE?

Wir verwenden den von Mylan Healthcare® in den Niederlanden hergestellten tetravalenten Impfstoff Influvac Tetra®.

Der Impfstoff beinhaltet die von der WHO angeratenen Stämme für die nördliche Hemisphäre für die Grippesaison 2019/2020, mit der zusätzlichen B Variante und wird seit 2017 unter PEI Kontrolle in den Niederlanden hergestellt.

Influvac Tetra® wird in großer Stückzahl weltweit eingesetzt, so dass eine hohe Sicherheit hinsichtlich der Datenauswertung zu potentieller Nebenwirkungen angenommen werden kann.

Der Impfstoff ist aktuell ab dem 3 Lebensjahr zugelassen.

WELCHE PERSONEN SOLLTEN SICH IMPFEN LASSEN?

Nach den Empfehlungen der Ständigen Impfkommission (STIKO) beim Robert Koch Institut (RKI) wird Personen in Deutschland ab 60 Jahren, allen Schwangeren ab dem zweiten Trimester sowie allen Personen mit gesundheitlichen Gefährdungen infolge eines Grundleidens (wie z.B. Asthma, Diabetes mellitus) grundsätzlich eine saisonale Grippeschutzimpfung angeraten. Weiter wird Personen, die in Einrichtungen mit erhöhtem Publikumsverkehr arbeiten oder die als Infektionsquelle für Risikopatienten dienen könnten, die Impfung ebenfalls empfohlen.

IST DIE BETRIEBLICHE IMPFUNG SINNVOLL?

Das Angebot einer betrieblichen Impfung erscheint vor dem Hintergrund sinnvoll, dass nach Schätzungen des RKI jährlich deutschlandweit zwischen 1 Millionen und 7 Millionen zusätzliche Arztkonsultationen in der Grippewelle anfallen. Weiter wird ebenfalls vom RKI angenommen, dass sich zwischen 5 und 20% der Bevölkerung jährlich an Influenzaviren infizieren (wobei nicht jeder Infizierte erkrankt).

Grundsätzlich beruht eine Impfentscheidung auf Freiwilligkeit und jeder Impfung geht ein Aufklärungsgespräch zur individuellen Impfentscheidung unter ärztlicher Schweigepflicht voraus.

Idealerweise findet eine Grippeimpfung bereits im Oktober oder November statt. Eine solche Impfung kann beim Arzt oder auch ganz bequem im Betrieb durchgeführt werden. Der Betriebsarzt bringt das Equipment hierfür mit und impft die Mitarbeiter schnell und unkompliziert vor Ort. Das hat viele Vorteile: insgesamt lassen sich mehr Menschen impfen, da sie dafür nicht extra zum Hausarzt müssen und die Ansteckungsgefahr wird dadurch reduziert.

WIRKT EINE GRIPPEIMPFUNG IMMER?

Gesunde Erwachsene können nach Grippeschutzimpfung eine Schutzwirkung von ca. 60 bis 70% annehmen. Die Wirksamkeit einer Impfung hängt von vielen verschieden Faktoren ab und variiert von Jahr zu Jahr. Dies beruht unter anderem darauf, inwieweit die im Impfstoff enthaltenen Virusvarianten den tatsächlich zirkulierenden Grippeviren entsprechen.

In Studien zeigt sich mit Blick auf den Gruppenvergleich Geimpfte vs. Nicht-Geimpfte in der Gruppe der Geimpften weniger schwere Grippeerkrankungen und Komplikationen, weniger notwendige Krankenhausaufenthalte und natürlich die Senkung der Erkrankungsfälle an sich.

WAS KANN ICH SONST BEI EINER GRIPPEWELLE TUN?

Waschen Sie sich regelmäßig die Hände. Fassen Sie sich nicht ins Gesicht. Meiden Sie Menschenmassen. Verzichten Sie auf Umarmungen und den Handschlag zur Begrüßung.
Husten Sie nicht in die Hände oder in die Richtung von anderen Menschen. Und bleiben Sie im Erkrankungsfall zu Hause!

NOCH FRAGEN?

Sie wünschen eine individuelle Vorabberatung zu Ihrer persönlichen Impfentscheidung? Wir nehmen uns Zeit für Sie. Konsultieren Sie Ihre(n) Betriebsärztin/Betriebsarzt direkt im Rahmen einer telemedizinischen Beratung unter Wahrung der ärztlichen Schweigepflicht.

Bleiben Sie gesund!
Ihr Team von Betriebsarztservice