

# Grippe im Kreis Unna: Hochsaison für Influenza- Viren

Die Grippe hat Saison: Besonders in den ersten Monaten des Jahres bis April werden der Gesundheitsbehörde erfahrungsgemäß viele Grippe-Fälle gemeldet. Aktuelle Zahlen aus dem Kreis Unna zeigen aber: Bisher verläuft die Grippewelle moderat. In Bergkamen waren es in vergangenen Jahr 115 registrierte Grippefälle, in der aktuellen Saison sind es bisher nur 25.

Amtsarzt Dr. Roland Staudt gibt Tipps zum Schutz, damit das auch so bleibt.

Die Influenza-Saison beginnt mit Jahresende und reicht bis in den April des folgenden Jahres. Im letzten Jahr gab es dabei außergewöhnlich viele Fälle zu vermelden, insgesamt waren es 1.124. In diesem Jahr sind es bis Mitte Februar 285. Dennoch kein Grund zur Entspannung, sagt Amtsarzt Dr. Roland Staudt: „In der letzten Saison waren Ende Februar und Anfang März die höchsten Zahlen an Neuerkrankten zu verzeichnen – und Saisonende erst im April.“

## **Risiko einer Ansteckung reduzieren**

Deshalb sind Schutz und Vorbeugung weiter wichtig: Besonders im Blick hat der Amtsarzt Menschen, deren Immunsystem aufgrund des Alters oder einer chronischen Erkrankung geschwächt ist. Auch Menschen, die beruflich häufigen Kontakt mit anderen Menschen haben, rät der Amtsarzt zur Vorsicht.

„In manchen Krankenhäusern werden zum Beispiel Schutzmasken angeboten. Sie sind dort Teil eines Maßnahmenplanes, der auf den guten Erfahrungen in der letzten Influenza-Saison beruht. Die Maßnahmen dienen gleichermaßen dem Schutz von Patienten, Besuchern und Personal und sind ausdrücklich zu begrüßen“, so Dr. Staudt.

## **Schutz im Alltag**

Während es für Ärzte im Arbeitsalltag ein geringes Problem darstellt, eine Maske zu tragen, müssen sich die meisten Arbeitnehmer hingegen anders schützen. „Es lohnt sich, regelmäßig die Hände mit Seife zu waschen“, sagt Dr. Staudt. „Wer die Möglichkeit zur Desinfektion hat, sollte diese nutzen.“

Größere Menschenansammlungen zu meiden und auf häufiges Händeschütteln zu verzichten, sind zwei weitere Tipps. Auch ein Spaziergang an der frischen Luft kann helfen, das Immunsystem zu stärken, so der Amtsarzt. Und wer bereits hustet oder niest sollte statt der Hand die Ellenbeuge vor das Gesicht halten, um Erreger nicht weiter zu verbreiten.

Die richtige Adresse für die individuelle Beratung und Impfung ist der Hausarzt. Informationen rund um die Grippe & Co finden sich im Internet beim Robert Koch-Institut unter [www.rki.de](http://www.rki.de).

PK | PKU