

Erste Hilfe im Feuerwehrdienst

Teil 23: Mit Grippe zum Einsatz?

Wer Fieber hat, gehört nicht in die Sportschuhe, sondern ins Bett. Und das gilt nicht nur für Sportschuhe, sondern auch für Feuerwehrstiefel!

In den ersten Wochen des Jahres kommt es regelmäßig zu Grippewellen. Nach Schätzungen der Arbeitsgemeinschaft Influenza am Robert-Koch-Institut infizieren sich dabei jährlich zwischen fünf und zwanzig Prozent der Bevölkerung. Oftmals verläuft die Infektion unbemerkt. Bei symptomatischen Patienten kommt es dagegen häufig zu ausgeprägten Krankheitszeichen. Bei schweren Grippewellen wie zum Beispiel im Jahr 2012/13 lag nach Schätzungen der Experten die Zahl der Influenza-assoziierten Todesfälle bei 20.000.

Symptome einer Grippe

Auslöser der Erkrankung ist eine Übertragung von Influenzaviren, diese erfolgt in der Regel durch Tröpfchen- oder Schmierinfektion von Mensch zu Mensch. Von der Übertragung bis zum Krankheitsausbruch vergehen meist nur ein bis zwei Tage. Im Gegensatz zu grippalen oder Erkältungs-



Foto: A. Häcker

Hohes Fieber und ein schweres Krankheitsgefühl gehören zu den häufigen Symptomen einer Influenza

infekten sind die Krankheitszeichen bei der echten Grippe (Influenza) in der Regel deutlich ausgeprägter:

- plötzlicher Erkrankungsbeginn
- allgemeine Schwäche und häufig (hohes) Fieber
- Muskel- und Kopfschmerzen
- Husten, Heiserkeit, Halsschmerzen, rinnende Nase

Schweißausbrüche, aber auch Symptome des Magen-Darmtraktes wie Übelkeit, Erbrechen und Durchfall gehören zu den möglichen Begleitsymptomen. Schwere oder komplizierte Krankheitsverläufe treten oft mit Beteiligung weiterer Organsysteme wie Lunge, Gehirn oder Herzmuskel auf. Gefährdet für diese Ver-

laufsformen sind Ältere und Personen mit bestimmten Grunderkrankungen: chronische Lungenerkrankungen, Diabetes mellitus, Fettleibigkeit und vieles mehr. Üblicherweise dauert die Krankheit etwa eine Woche, abhängig von Konstitution, Risikofaktoren und Komplikationen kann sie erheblich länger andauern.

Behandlung

Schonung und Bettruhe sind die wichtigsten Maßnahmen für eine rasche Ausheilung der Grippe. Schwere körperliche – aber auch geistige – **Anstrengungen** können die Symptomatik verstärken und **sind unbedingt zu vermeiden**. Alle weiteren Maßnahmen orientieren sich an der vorherrschenden Symptomatik: Inhalationen bei Hustenreiz oder laufender Nase, schmerz- bzw. entzündungshemmende Medikamente zur Linderung von Kopf- oder Gliederschmerzen, große Trinkmengen bei starkem Schwitzen oder hohem Fieber. Bei Patienten mit schweren Vorerkrankungen kann die Verabreichung antiviraler Medikamente zur Linderung oder Verkürzung der Krankheit sinnvoll sein. Ein Nutzen ist jedoch nur nachgewiesen, wenn die Gabe sehr früh nach Ausbruch der Symptome erfolgt.

Prophylaxe

Die beste „Therapie“ der Grippe ist die Prophylaxe. Standardhygienemaßnahmen wie Händewaschen oder Flächen-desinfektion (z. B. Mobiltelefon, PC-Tastatur!), Meiden von sehr engem Kontakt



Die Ständige Impfkommission (STIKO) empfiehlt die Grippeimpfung insbesondere bei den folgenden Grunderkrankungen:

- chronische Krankheiten der Atmungsorgane (z. B. chronisch obstruktive Lungenerkrankung (COPD) oder Asthma)
- Herz- oder Kreislaufkrankheiten
- Leber- oder Nierenkrankheiten
- Stoffwechselkrankheiten wie z. B. Diabetes mellitus
- chronische neurologische Krankheiten wie z. B. Multiple Sklerose
- angeborene oder erworbene Immundefekte (z. B. HIV-Infektion)

sowie bei nachstehenden Personengruppen:

- Bewohner von Alten- oder Pflegeheimen
- Menschen ab 60 Jahren
- Schwangere
- Personen mit viel Kontakt zu Menschen
- „medizinisches Personal“ (Krankenhaus, Rettungsdienst)

zu Erkrankten oder Niesen in den Ellbogen reduzieren das Ansteckungsrisiko. Gesunder Lebensstil mit ausreichendem Schlaf, ausgewogener Ernährung und regelmäßigem Sport stärken die eigene Immunabwehr und senken somit die Wahrscheinlichkeit zu erkranken.

Gripeschutzimpfung

Die wirksamste Methode zur Vermeidung einer Erkrankung ist die Gripeschutzimpfung. Aufgrund der starken Wandlungsfähigkeit von Inflenzaviren müssen Grippeimpfstoffe jährlich neu hergestellt und verabreicht werden. Da Grippewellen häufig im Dezember oder zu Jahresbeginn anrollen, erfolgt die Impfung idealerweise im Herbst, in bestimmten Fällen kann eine Impfung auch noch zu Jahresbeginn sinnvoll sein. Empfohlen wird eine Impfung mit dem „quadrivalenten“ Vierfach-Impfstoff. Bis zu einem wirksamen Impfschutz dauert es in der Regel zwei Wochen, in den vergangenen Jahren lag danach die Wirksamkeit der Impfung gegen eine laborbestätigte Influenzaerkrankung zwischen 40 und 60 Prozent. Die ständige Impfkommission (STIKO) empfiehlt eine Grippeimpfung für Personen mit hohem Risiko für eine



Atemschutzgeräteträger müssen beim Einsatz „gesund“ sein. Ein Einsatz bei Grippe würde ein hohes Gesundheitsrisiko bedeuten

schwere Verlaufsform und für alle mit hohem Ansteckungs- oder Übertragungsrisiko (siehe Infokasten).

*Dr. Andreas Häcker
Internist/Notfallmediziner, Landesfeuerwehrarzt;*

*Dr. Matthias Offerdinger
Oberarzt Anästhesie, Feuerwehrarzt Ditzingen*

i Zusammenfassung

- Schutzimpfung und Hygienemaßnahmen helfen, eine Grippe zu vermeiden
- Vorerkrankungen begünstigen den schweren Verlauf einer Influenza
- Wichtigste Therapiemaßnahme ist die Bettruhe

Förderung von Löschübungen durch die SV SparkassenVersicherung

Seit vielen Jahren ist die SV Sparkassen-Versicherung ein großer Förderer des Feuerwesens in Baden-Württemberg und unterstützt die Feuerwehren und den Landesfeuerwehrverband in vielfältiger Weise. Von den vielen Maßnahmen zur Schadenverhütung bzw. Schadenminderung profitieren nicht nur die örtlichen Feuerwehren, sondern auch die SV, die in Baden-Württemberg Marktführer in der Gebäudeversicherung ist.

Beispielsweise bezuschusst die SV unter anderem auch die Durchführung von Löschübungen für die Bevölkerung

mit einer Spende. Im Jahr 2019 haben die Feuerwehren wieder ca. 130 Feuerlöscherschulungen durchgeführt. Daran erkennt man, dass die Feuerwehren das Angebot der SV SparkassenVersicherung gerne in Anspruch nehmen.

Im Rahmen dieser Veranstaltungen wurden ca. 6.000 Menschen in der Handhabung von Feuerlöschern geschult und es wurde ihnen gezeigt, wie man einen Entstehungsbrand wirkungsvoll bekämpfen kann. Viele dieser Feuerlöscherschulungen fanden z. B. im Rahmen eines Tages der offenen Tür oder bei der

Brandschutzerziehung in der Schule statt, und die Feuerwehren konnten dies gleichzeitig für ihre Öffentlichkeitsarbeit nutzen, aber bestimmt auch den ein oder anderen Jugendlichen oder Erwachsenen für die Mitarbeit in der Feuerwehr gewinnen.

Auch im Jahr 2020 wird sich die SV SparkassenVersicherung wieder mit einer Spende an den anfallenden Kosten für die Durchführung von Löschübungen beteiligen.

Landesfeuerwehrverband Baden-Württemberg