

Unser Kindergarten **informiert**



In unserer Einrichtung sind Fälle von

Grippe (Influenza)

aufgetreten.



Viele Hinweise zur Kindergesundheit finden
Sie auch unter **www.kinderstube-sachsen.de**

 **Kinderstube**

Das Ratgeber-Portal
für eine gesunde Kindheit

Materialien für die
sächsischen Kindergärten

www.kinderstube-sachsen.de

 **SÄCHSISCHE
LANDESAPOTHEKERNKAMMER**
Körperschaft des öffentlichen Rechts

**Sächsische
Landesärztekammer**
Körperschaft des öffentlichen Rechts 

Grippe (Influenza)



URSACHEN Grippe (Influenza) wird durch Viren ausgelöst. Die Krankheit verbreitet sich über Tröpfcheninfektion beim Husten, Niesen oder Sprechen. Auch über kontaminierte Hände oder verunreinigte Gegenstände (Türklinken, Treppengeländer) werden die Viren weitergegeben.

INKUBATIONSZEIT Nach Ansteckung treten erste Beschwerden nach 1–2 Tagen auf. Schon vor Beginn der Beschwerden und bis ca. 1 Woche danach kann man ansteckend sein.

KRANKHEITSBILD Symptome treten sehr plötzlich auf und betreffen den ganzen Körper: Fieber $\geq 38-40^{\circ}\text{C}$, Schüttelfrost, Abgeschlagenheit sowie Muskel-, Gelenk- oder Kopfschmerzen. Außerdem Halsschmerzen, trockener Husten und eine verstopfte oder laufende Nase, bei Säuglingen und Kleinkindern auch Übelkeit und Erbrechen. Mittelohr- oder Nasennebenhöhlenentzündungen können hinzukommen. Meist gehen die Beschwerden nach ca. 5–7 Tagen zurück, der Husten kann aber deutlich länger dauern.

THERAPIE Meist genügen einige Tage Bettruhe. Paracetamol- oder Ibuprofen-Saft können Schmerzen lindern und Fieber senken. Antibiotika wirken nicht gegen Viren, deshalb helfen sie bei Grippe nicht. Achten Sie darauf, dass Ihr Kind ausreichend trinkt.

WAS KÖNNEN SIE SELBST NOCH TUN? Häufiges gründliches Händewaschen und regelmäßiges Lüften des Kinderzimmers oder Schlafraums reduzieren die Verbreitung des Virus. Benutzte Taschentücher sollten sofort entsorgt werden.

WIE SCHÜTZEN SIE IHR KIND UND ANDERE PERSONEN VOR

ANSTECKUNG? Wirksamste Maßnahme ist die jährliche Schutzimpfung, am besten zwischen September und November. Bei „Spritzenangst“ gibt es die Impfung auch als Nasenspray. Beschränken Sie in der Akutphase den Kontakt zu anderen Kindern oder Menschen mit geschwächter Immunabwehr.

Gut zu wissen

Grippeviren werden in die Typen A, B und C unterteilt.

Sie verändern sich ständig und bilden neue Varianten. Ohne Impfung kann man daher öfter an Grippe erkranken. Impfstoffe werden ständig an neue Varianten angepasst. Weitere Informationen:

www.infektionsschutz.de/erregersteckbriefe/grippe-influenza/

www.kinderärzte-im-netz.de/krankheiten/grippe-influenza/

Kinderstube

Das Ratgeber-Portal für eine gesunde Kindheit

Materialien für die sächsischen Kindergärten

www.kinderstube-sachsen.de

 **SÄCHSISCHE LANDESAPOTHEKERKAMMER**
Körperschaft des öffentlichen Rechts

Sächsische Landesärztekammer
Körperschaft des öffentlichen Rechts 