

## Merkbblatt: Grippebehandlung



Meist passiert es im Winter: Fieber lässt Sie frösteln, die Grippe hat Sie erwischt. Nicht überraschend stammt das Fachwort für Grippe, "Influenza", vom italienischen Ausdruck "influenza di freddo" - Einfluss der Kälte. Aber die Grippe ist keine gewöhnliche Erkältung. Bei Menschen, die sonst gesund sind, schlägt sie schnell und heftig zu, klingt aber meist innerhalb einer Woche wieder ab. Wenn Sie an Grippe erkranken, haben Sie möglicherweise noch länger einen Husten und fühlen sich erschöpft. Doch bei sehr jungen oder ernsthaft kranken Menschen sowie bei Menschen über 60 kann die Grippe zu ernsthaften Komplikationen führen. Sie wird von Viren ausgelöst, die sich sehr schnell verbreiten können.

Meist passiert es im Winter: Fieber lässt Sie frösteln, die Grippe hat Sie erwischt. Nicht überraschend stammt das Fachwort für Grippe, "Influenza", vom italienischen Ausdruck "influenza di freddo" - Einfluss der Kälte. Aber die Grippe ist keine gewöhnliche Erkältung. Bei Menschen, die sonst gesund sind, schlägt sie schnell und heftig zu, klingt aber meist innerhalb einer Woche wieder ab. Wenn Sie an Grippe erkranken, haben Sie möglicherweise noch länger einen Husten und fühlen sich erschöpft. Doch bei sehr jungen oder ernsthaft kranken Menschen sowie bei Menschen über 60 kann die Grippe zu ernsthaften Komplikationen führen. Sie wird von Viren ausgelöst, die sich sehr schnell verbreiten können.

Wenn Sie krank sind und glauben, dass es sich um eine Grippe handelt, sollten Sie so gut es geht versuchen, andere Menschen vor einer Ansteckung zu bewahren. In unserem [Merkblatt](http://www.gesundheitsinformation.de/index.319.de.html) (URL: <http://www.gesundheitsinformation.de/index.319.de.html>) zum Thema Gripeschutz können Sie mehr darüber lesen. Wer sich mit einem Grippevirus infiziert hat, ist schon einen Tag, bevor erste Beschwerden auftreten, ansteckend. Die Ansteckungsgefahr hält während der Krankheit und noch bis etwa eine Woche, nachdem die Symptome abgeklungen sind, an. Grippebehandlungen machen Menschen nicht weniger ansteckend für andere.

## Woher weiß ich, ob ich Grippe habe, und welche Komplikationen auftreten können?

Es ist schwer, Erkältungen, Grippe und andere grippeähnliche Krankheiten voneinander zu unterscheiden. Wenn Menschen glauben, sie hätten eine Grippe, handelt es sich meistens um einen anderen Atemwegsvirus (Virus, der die Atemwege oder das Atmungssystem infizieren kann). Die Symptome der "echten" Grippe oder Influenza ähneln denen einer gewöhnlichen Erkältung: Sie können Fieber haben, Kopf- und Gliederschmerzen sowie eine verstopfte oder laufende Nase. Man fühlt sich allgemein sehr krank. Eine starke Erkältung kann ähnliche Beschwerden auslösen, aber sie entwickelt sich meist langsam. Die Grippe schlägt heftiger zu - man fühlt sich sehr schnell sehr krank. Über die typischen Anzeichen für eine Grippe können Sie hier (URL: <http://www.gesundheitsinformation.de/index.173.de.html>) mehr lesen.

Manche Menschen haben ein deutlich höheres Risiko für einen schweren Verlauf der Infektion und für Komplikationen wie eine ernsthafte Lungenentzündung (Pneumonie). Dazu gehören Säuglinge und Kleinkinder,

Menschen mit Lungen- oder Immunerkrankungen sowie Menschen über 60. Eine weniger schwerwiegende, aber recht häufige Komplikation ist die Entzündung der Nasennebenhöhlen (Sinusitis), bei der sich die Hohlräume rund um die Nase mit einer infektiösen Flüssigkeit füllen. Eine Sinusitis führt zu Kopfschmerzen und einer verstopften Nase. Bei Säuglingen und Kleinkindern lösen Atemwegsinfektionen oft eine Mittelohrentzündung (akute Otitis media) aus. Das liegt daran, dass solche Infektionen bei ihnen ziemlich schnell vom hinteren Nasenbereich und aus dem Rachenraum bis in die Ohren aufsteigen.

## Können Medikamente helfen, wenn ich oder jemand aus meiner Familie die Grippe hat?

Wenn Sie sich bereits sehr krank fühlen, dürften die schlimmsten Grippebeschwerden in ein paar Tagen vorüber sein. Es gibt antivirale Grippemittel, die die Krankheitsdauer um bis zu einen Tag verkürzen könnten. Sie sind verschreibungspflichtig, müssen innerhalb von zwei Tagen nach Erkrankungsbeginn eingenommen werden und haben unerwünschte Wirkungen. Wenn Sie bereits einige Tage krank sind, bevor Sie merken, dass Sie wahrscheinlich eine Grippe haben, helfen die Mittel nicht.

Wenn jemand, mit dem Sie engen Kontakt haben, eindeutig grippekrank ist, könnten die Grippemittel Sie davor bewahren, auch zu erkranken. Die häufigste unerwünschte Wirkung der neueren Grippemittel bei gesunden Menschen ist Übelkeit. Sie tritt bei zusätzlich einem von 20 Menschen auf, die diese Medikamente vorbeugend einnehmen. Bei Dosierungen höher als 75 mg täglich können auch mehr Menschen Übelkeit verspüren.

Die neueren Grippemittel Oseltamivir (Handelsname Tamiflu) und Zanamivir (Handelsname Relenza) rufen seltener Nebenwirkungen hervor als die "alten" Grippemittel. Bei den älteren Mitteln handelt es sich um Amantadin (Handelsname Symmetrel) und Rimantadin (Handelsname Flumadin). Rimantadin ist in Deutschland nicht erhältlich. Amantadin gibt es als Tabletten oder in flüssiger Form (Suspension). Oseltamivir kann als Tablette oder Suspension genommen werden. Zanamivir ist ein Trockenpulver, das mit Hilfe eines Inhalationsgeräts durch den Mund eingeatmet wird. Diese Grippemittel sind nicht für Babies unter einem Jahr zugelassen, Zanamivir nicht für Kinder unter 5 Jahren. Die US-Arzneimittelzulassungsbehörde FDA ist dabei, die

Sicherheit dieser Wirkstoffe für Kinder erneut zu prüfen, da es mehrere Berichte über mögliche schädliche Wirkungen gibt. Bei den Grippeviren unterscheidet man zwei Hauptgruppen: Influenza Typ A und Influenza Typ B. Die älteren Mittel wirken nur gegen den Typ-A-Virus, während die neuen Präparate sowohl bei Typ A als auch Typ B wirken.

Da die Nebenwirkungen der Medikamente den Grippesymptomen sehr ähneln, ist es schwer zu beurteilen, wie oft sie unerwünschte Wirkungen hervorrufen, wenn sie zur Behandlung eingesetzt werden. Mehr über Studien, in denen antivirale Grippemittel bei Erwachsenen getestet wurden, können Sie hier (URL: <http://www.gesundheitsinformation.de/index.322.de.html>) lesen.

Manche Menschen glauben, dass Antibiotika helfen können. Antibiotika wirken aber nur gegen Bakterien und nicht gegen (Grippe-)Viren - das heißt, sie helfen nur, wenn sich zusätzlich zur Virusinfektion auch Bakterien in den Atemwegen ansiedeln.

## **Können rezeptfreie Mittel helfen?**

Es gibt keine ausreichenden Nachweise dafür, dass es die Genesung beschleunigen kann, wenn man besonders viel trinkt, Hühnerbrühe zu sich nimmt oder andere Hausmittel anwendet. Der Medikamenten-Wirkstoff Paracetamol kann die Beschwerden und das Fieber senken. Auch wenn viele frei verkäufliche Produkte versprechen, Erkältungen, Husten und Grippe zu lindern, gibt es keine überzeugenden Nachweise dafür, dass sie bei Grippe besser helfen könnten als Paracetamol.

In unserem Spezial (URL: <http://www.gesundheitsinformation.de/erkaeltung.218.56.de.html>) können Sie mehr über Behandlungen bei Erkältungen lesen.

## **Welche Behandlungsmöglichkeiten gibt es, falls neue Grippearten ausbrechen?**

Sollte es zu einer größeren Grippewelle oder -epidemie mit neuen Virusarten wie dem Virus, der die Neue Grippe (Schweinegrippe) verursacht, oder dem Vogelgrippe-Virus kommen, werden vermutlich die neueren Grippemittel (Tamiflu und Relenza) zur Vorbeugung und Behandlung eingesetzt, auch wenn nicht sicher ist, wie gut sie tatsächlich helfen könnten. Im Falle einer Grippeepidemie ist es am wichtigsten und wirksamsten, eine Ansteckung

oder die Verbreitung des Virus zu verhindern. Das bedeutet:

- Waschen Sie Ihre Hände häufig. Dazu benötigen Sie keine spezielle antibakterielle Seife oder Lösung, Wasser und normale Seife reichen aus.
- Halten Sie Ihre Hände vom Gesicht fern. Die Wahrscheinlichkeit sich zu infizieren ist groß, wenn Sie Ihren Mund oder Ihre Nase berühren, nachdem Sie einen virusbelasteten Gegenstand angefasst haben.
- Trinken Sie nicht aus Tassen oder Flaschen, aus denen bereits andere getrunken haben.
- Vermeiden Sie es in dieser Zeit, Menschen die Hand zu geben, sie zu umarmen und zu küssen.
- Bedecken Sie Ihre Nase und Ihren Mund, wenn Sie husten oder niesen müssen, am besten mit einem Papiertaschentuch.
- Entsorgen Sie benutzte Taschentücher richtig - lassen Sie sie nicht herumliegen, so dass andere Leute sie berühren könnten. Waschen Sie auch selbst Ihre Hände, nachdem Sie die Taschentücher angefasst haben. Bevorzugen Sie Papiertaschentücher zum einmaligen Gebrauch.

Mehr Informationen darüber, wie Sie sich vor Grippe schützen können, erhalten Sie in unserem Merkblatt (URL:

<http://www.gesundheitsinformation.de/index.319.de.html>) zum Schutz vor Atemwegsinfekten.

*Autor: Institut für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen (IQWiG)*

## Glossar

### Infektion

Von einer Infektion spricht man in der Medizin, wenn sich eine Person mit einem Krankheitserreger angesteckt hat. Dieser Erreger kann z.B. ein Bakterium, ein Virus, ein Pilz oder auch ein Wurm sein. Der Erreger vermehrt sich, breitet sich im Körper aus oder befällt nur ein bestimmtes Organ. Solange die Person noch keine Anzeichen einer Krankheit zeigt, sprechen Ärztinnen und Ärzte von einer asymptomatischen Infektion. Sobald der Körper auf die Erreger reagiert, was sich in Krankheitssymptomen bemerkbar macht, handelt es sich um eine symptomatische Infektion, eine Infektionskrankheit. Der Zeitraum vom ersten Befall des Körpers durch den Erreger bis zu den ersten Krankheitssymptomen bezeichnet die Medizin als Inkubationszeit. Sie kann wenige Stunden oder Tage, aber auch viele Jahre dauern. Eine Infektion muss nicht in jedem Fall zum Ausbruch einer Krankheit führen.

### Virus

Viren sind Krankheitserreger, die zu ihrer Vermehrung in Zellen (pflanzliche, tierische oder menschliche Zellen) eindringen. Beispiele für Krankheiten, die durch Viren verursacht werden, sind Pocken, Influenza, Erkältungen, Hepatitis, Herpes und AIDS.

### Entzündung

(Abwehr-)Reaktion des Körpers auf eine Verletzung, Reizung oder Infektion. Um den Körper zu schützen, wird die betroffene Körperstelle stärker durchblutet. Dadurch fühlt sie sich wärmer an, schwillt an, rötet sich und wird meist empfindlich. Sind Schleimhäute entzündet, sondern sie zudem mehr Flüssigkeit ab als sonst. Dies hilft, eingedrungene Keime auszuschwemmen.

### Pneumonie

Pneumonie („pneu“ aus dem Griechischen bedeutet „Hauch“) ist der medizinische Begriff für Lungenentzündung. Sie kann durch Viren, Bakterien und Pilze ausgelöst werden, die über die oberen Atemwege bis in die Lunge gelangen. Betroffen sind häufiger alte und sehr junge Menschen sowie andere Personen mit schwachem Immunsystem. Zu den Krankheitsanzeichen gehören Husten, Auswurf, Atemnot, Brustschmerzen und Fieber. Die Atmung ist beschleunigt und kann von Rasselgeräuschen begleitet sein.

## Quellen

Bundesinstitut für Arzneimittel und Medizinprodukte (BfARM). Tamiflu und Suizidfälle. Berlin: BfARM. November 2005.

[Volltext (URL:

[http://www.bfarm.de/cln\\_043/nn\\_421158/sid\\_2DC9933716501D0659773C1A8F48FBC9/DE/Arzneimittel/amAktuell/tamiflu-info.htm](http://www.bfarm.de/cln_043/nn_421158/sid_2DC9933716501D0659773C1A8F48FBC9/DE/Arzneimittel/amAktuell/tamiflu-info.htm)

]

European Medicines Agency (EMA). European Medicines Agency update on the safety of Tamiflu. London: EMA.

November 2005. [Volltext (URL: <http://www.emea.europa.eu/pdfs/general/direct/pr/38501305en.html>) ]

Food and Drug Administration (FDA). Caution on Neuropsychiatric Events with Tamiflu. Rockville: FDA. January 2007.

[Volltext (URL: <http://www.accessdata.fda.gov/scripts/cdrh/cfdocs/psn/transcript.cfm?show=59>) ]

Jefferson T. Influenza. *Clinical Evidence* 2006; 15: 1-4.

Jefferson T, Demicheli V, Rivetti D, Jones M et al. Antivirals for influenza in healthy adults: systematic review. *Lancet* 2006;

367: 303-313. [PubMed-Zusammenfassung (URL:

<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/sites/entrez?Db=pubmed&Cmd=ShowDetailView&TermToSearch=16443037&ordinalpos=4&itool=Entrez>

]

Jefferson T, Demicheli V, Di Pietrantonj C, Jones M, Rivetti D. Neuraminidase inhibitors for preventing and treating influenza in healthy adults. *Cochrane Database of Systematic Reviews* 2006, Issue 3. [Cochrane-Zusammenfassung (URL:

<http://www.cochrane.org/reviews/en/ab001265.html>) ]

Jefferson T, Foxlee R, Del Mar C, Dooley L et al. Interventions for the interruption or reduction of the spread of respiratory viruses. *Cochrane Database of Systematic Reviews* 2007, Issue 4. [Cochrane-Zusammenfassung (URL:

<http://www.cochrane.org/reviews/en/ab006207.html>) ]

Jones M, Del Mar C. Safety of neuraminidase inhibitors for influenza. *Expert Opin Drug Saf* 2006; 5: 1-6. [Volltext (URL:

[http://epublications.bond.edu.au/cgi/viewcontent.cgi?article=1022&context=hsm\\_pubs](http://epublications.bond.edu.au/cgi/viewcontent.cgi?article=1022&context=hsm_pubs)) ]

Schünemann HJ, Hill SR, Kakad M, Bellamy R et al. WHO rapid advice guidelines for pharmacological management of sporadic human infection with avian influenza A (H5N1) virus. *Lancet Infect Dis* 2007; 7: 21-31.

[PubMed-Zusammenfassung (URL:

<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/sites/entrez?Db=pubmed&Cmd=ShowDetailView&TermToSearch=17182341&ordinalpos=2&itool=Entrez>

]

## Das Institut für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen (IQWiG)

Dem Institut für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen (IQWiG) obliegt von Gesetzes wegen die wissenschaftliche Bewertung des Nutzens, der Qualität und der Wirtschaftlichkeit von medizinischen Leistungen. Dazu gehören auch die Nutzenbewertung von Arzneimitteln sowie die Herausgabe von Gesundheitsinformationen für Bürger und Patienten.

## Wissenschaftliche Basis dieser Gesundheitsinformation

Unsere Informationen basieren primär auf so genannten systematischen Übersichten. Um ein objektives Bild über eine medizinische Maßnahme zu erhalten, ist eine systematische Übersicht notwendig. Hierzu werden zunächst die relevanten Fragestellungen formuliert. Zu diesen Fragen werden Forscher dann alle Studien zu diesem Thema suchen und auswerten.

Eine Liste der berücksichtigten wissenschaftlichen Literatur dieser Gesundheitsinformation finden Sie unter [www.gesundheitsinformation.de](http://www.gesundheitsinformation.de).

## Hinweis für die Nutzer:

Diese Gesundheitsinformationen wurden vom Institut für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen (IQWiG) erstellt und veröffentlicht. Sie basieren auf der Bewertung der zum Zeitpunkt der Erstellung verfügbaren wissenschaftlichen Literatur und anderer Informationsquellen.

Gesundheitsinformationen des IQWiG werden ausschließlich für Patienten in Deutschland zur Verfügung gestellt. Die Informationen sollten nicht für die Erstellung eigenständiger Diagnosen verwendet werden, da sie eine Beratung zwischen Ärztin/Arzt und Patientin/Patient nicht ersetzen können und nicht ersetzen sollen.