



SO SCHÜTZEN SIE SICH VOR INFLUENZA

1. WARUM IST ES WICHTIG SICH ÜBER INFLUENZA ZU INFORMIEREN?

Schlagzeilen wie „bevorstehende Grippeepidemie“ finden sich regelmäßig in den Boulevardzeitungen. Hinter diesen Schlagzeilen versteckt sich eine tatsächliche Krankheit, die von Influenza-Viren ausgelöst wird und potentiell schwerwiegende Folgen für unsere Kunden und Mitarbeiter haben kann.

2. WAS IST INFLUENZA?

Influenza-Viren sind kleine, rundliche, behüllte Viren aus der Familie Orthomyxoviridae, die RNA-basiert sind und sechs Gattungen umfassen. Die drei Gattungen Influenzavirus A, Influenzavirus B und Influenzavirus C enthalten Viren, die Influenza in Wirbeltieren, darunter Vögel, Menschen und andere Säugetiere, verursachen.

3. WO KOMMEN INFLUENZAVIREN VOR?

Der Influenzavirus wird leicht an Orten weitergereicht, an denen Menschen häufiger in engen Kontakt kommen, wodurch die Übertragung von einer Person auf eine andere Person gefördert wird. Am häufigsten werden diese Viren in Umgebungen oder Situationen übertragen, in denen Personen zusammenkommen, zum Beispiel:

- Gastronomie und Gastgewerbe
- Schulen (Übertragung von Mensch zu Mensch, Übertragung über die Luft, Übertragung über Oberflächen)
- Öffentliche Verkehrsmittel (Übertragung über die Luft, Übertragung über Oberflächen)
- Krankenhäuser, Seniorenheime (Übertragung von Mensch zu Mensch, Übertragung über die Luft, Übertragung über Oberflächen)
- Militärtruppen (Übertragung von Mensch zu Mensch, Übertragung über die Luft, Übertragung über Oberflächen)
- Sportmannschaften (Übertragung von Mensch zu Mensch, Übertragung über die Luft, Übertragung über Oberflächen)
- Essenszubereitung/Restaurants (Übertragung von Mensch zu Mensch, Übertragung über die Luft, Übertragung über Oberflächen)
- Kreuzfahrtschiffe (Übertragung von Mensch zu Mensch, Übertragung über die Luft, Übertragung über Oberflächen)

SO SCHÜTZEN SIE SICH VOR INFLUENZA



4. IST DIE INFLUENZA EINE SCHWERWIEGENDE ERKRANKUNG?

Die Influenza, allgemein als „Grippe“ bezeichnet, ist eine Infektionskrankheit. Gelegentlich kommt es vor, dass die Grippe selbst bei Personen, die normalerweise äußerst gesund sind, eine Lungenentzündung verursacht, entweder eine direkte virale Lungenentzündung oder eine sekundäre bakterielle Lungenentzündung.

5. WIE WERDEN INFLUENZAVIREN ÜBERTRAGEN?

Die Influenza wird normalerweise über die Luft weitergereicht, durch Husten oder Niesen, wobei virushaltige Tröpfchen in die Luft gelangen. Influenza kann auch durch direkten Kontakt mit Nasen-Sekret oder durch Berührung verunreinigter Oberflächen weitergereicht werden. Es wird davon ausgegangen, dass der Großteil der Infektionen durch luftgetragene Tröpfchen verursacht wird.

6. WAS SIND DIE KRANKHEITSZEICHEN?

Die häufigsten Krankheitszeichen sind Schüttelfrost, Fieber, Schnupfen, Halsschmerzen, Muskelschmerzen, Kopfschmerzen (oft stark), Husten, Schwächegefühl/Abgeschlagenheit und allgemeines Unwohlsein. Die Influenza kann auch zu Übelkeit und Erbrechen führen, insbesondere bei Kindern. Die Krankheitszeichen können ganz plötzlich ein bis zwei Tage nach der Ansteckung auftreten. Normalerweise macht sich die Influenza zuerst durch Schüttelfrost oder ein Kältegefühl bemerkbar. Häufig tritt im frühen Krankheitsverlauf aber auch Fieber von 38 bis 39°C auf. Viele Menschen erkranken so schwer, dass sie mehrere Tage lang bettlägerig sind, am ganzen Körper an Schmerzen leiden, die sich insbesondere im Rücken- und Beinbereich bemerkbar machen.

7. WANN BRICHT DIE KRANKHEIT AUS UND WIE LANGE DAUERT SIE?

Der Großteil der Betroffenen ist nach ein bis zwei Wochen wieder vollkommen gesund.



8. WIE ANSTECKEND IST DIE INFLUENZA?

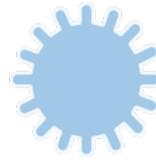
Der Influenzavirus kann äußerst ansteckend sein. Grippeepidemien verbreiten sich schnell und sind sehr schwer unter Kontrolle zu bringen. Allerdings ist die Inkubationszeit für Influenza äußerst kurz: von dem Zeitpunkt, an dem sich eine Person ansteckt bis zu dem Zeitpunkt an dem diese Person die nächste Person ansteckt, vergehen nur zwei Tage. Die Ausscheidung des Influenzavirus beginnt an dem Tag bevor die Symptome auftreten und der Virus wird dann fünf bis sieben Tage lang ausgeschieden. Kinder sind deutlich infektiöser als Erwachsene. Sie können ab kurz vor dem Zeitpunkt, an dem ihre Krankheitszeichen zum ersten Mal auftreten, bis zwei Wochen nach der Infektion ansteckend sein. Bei der Tröpfcheninfektion reicht ein Tropfen aus, um eine Infektion zu verursachen.



9. WIE WIRD DIE INFLUENZA BEHANDELT?

Erkrankte Personen sollten einen Arzt aufsuchen und Rat von ausgebildeten medizinischen Fachkräften einholen.

SO SCHÜTZEN SIE SICH VOR INFLUENZA



10. WIE KANN MAN SICH VOR INFLUENZA SCHÜTZEN?

Der beste Schutz, um die Übertragung der Influenza-Viren zu verringern, ist das persönliche Hygieneverhalten, wie zum Beispiel: Schleimhäute von Augen, Mund und Nase nicht berühren; häufiges Händewaschen (mit Seife und Wasser oder mit alkoholbasierten Handreinigern); beim Husten und Niesen abwenden; engen Kontakt mit Erkrankten vermeiden; bei Erkrankung zu Hause bleiben und gründliche Geschirreinigung. Anders ausgedrückt: **Gutes Hygieneverhalten!**

Die Weltgesundheitsorganisation und das Europäische Zentrum für die Prävention und die Kontrolle von Krankheiten empfiehlt die Grippeimpfung für Hochrisikogruppen wie Kinder, ältere Personen, Angehörige der Gesundheitsberufe und Menschen, die unter chronischen Erkrankungen, wie zum Beispiel Asthma, Diabetes und Herzerkrankung leiden oder immungeschwächt sind.

11. DAS MACHT ALLES SINN, ABER WIE ENTSTEHT DIE INFEKTION EIGENTLICH?

Durch Mutation oder Neuordnung entstehen ständig neue Influenzaviren. Mutationen führen zu kleinen Veränderungen; bis ein Virus entsteht, der Menschen infizieren kann, die gegen vergangene Stämme immun sind. Diese neue Variante ersetzt dann die älteren Stämme und breitet sich rasch unter der menschlichen Bevölkerung aus, woraus häufig eine Epidemie hervorgeht.



12. WAS BEDEUTET DIES FÜR MEINE KUNDEN UND ANGESTELLTEN?

Wie auch bei allen anderen potentiellen Infektionskrankheiten sollten Kunden und Mitarbeiter immer Vorsicht üben und auf gutes Hygieneverhalten achten.

13. KANN MAN DAVON AUSGEHEN, DASS ALLE DESINFIZIATIONSMITTEL GLEICH SIND, WEIL SIE ALLE KRANKHEITSERREGER ABTÖTEN?

Ja, alle Desinfektionsmittel töten Krankheitserreger ab, aber sie sind nicht alle gleich! Deshalb ist es wichtig, die Produktetiketten zu lesen und zu überprüfen, ob das Produkt gegen Influenza schützen kann oder nicht. Besonders wichtig ist es, die Einwirkzeiten für die Produkte zu kennen, da sich diese sehr stark unterscheiden, von weniger als 1 Minute bis hin zu 10 Minuten. Daher ist es ausschlaggebend, die Produktetiketten zu lesen und sich dieser Informationen bewusst zu sein.

14. MUSS ICH EINE ANTIBAKTERIELLE SEIFE BEIM HÄNDEWASCHEN VERWENDEN ODER REICHT NORMALE SEIFE AUS?

Normale Seife und Wasser reichen vollkommen aus, denn bei der Influenza handelt es sich um einen Virus und nicht um eine bakterielle Infektion. Antibakterielle Seifen sind dazu gedacht, Bakterien abzutöten. Allerdings sollten Sie darauf achten, die Hände richtig zu waschen, um sich wirksam zu schützen: Hände unter klarem, fließendem Wasser befeuchten, Seife auftragen, Seife aufschäumen (30 Sekunden), gut unter fließendem Wasser abspülen und abtrocknen.



SO SCHÜTZEN SIE SICH VOR INFLUENZA

15. WO KANN ICH AUSSERHALB VON ECOLAB WEITERE INFORMATIONEN ÜBER INFLUENZA FINDEN?

Wir empfehlen die drei folgenden Websites für zuverlässige Informationen zur öffentlichen Gesundheit:

- Public health England
- ECDC
- WHO

Hier finden Sie reichlich Informationen über Influenza sowie andere öffentlichen Gesundheitsinformationen über Infektionen wie Norovirus.

16. ICH BIN EMPFANGSLEITER/-IN IN EINEM HOTEL. WIE KANN ICH SICHERSTELLEN, DASS HÄNDEDESINFIZIENDEMITTEL NICHT NUR FÜR MEINE GÄSTE SONDERN AUCH FÜR MEINE KOLLEGEN ZU VERFÜGUNG STEHEN?

Alkoholbasierte Händedesinfektionsmittel stehen in verschiedenen Größen und mit verschiedenen Dosiergeräten zur Verfügung. So gibt es zum Beispiel kleine 60 ml-Flaschen, die Sie mit sich tragen können oder tragbare Flaschen und Dosierspender, die Sie im Eingangsbereich Ihrer Einrichtung aufstellen können und es gibt auch die Möglichkeit Dosierspender, die an der Wand befestigt sind, zu verwenden. Wenn Sie sich mit Ihrem Territory Manager in Verbindung setzen, kann dieser Ihnen die Lösung empfehlen, die für Sie am besten geeignet ist.



17. MUSS ICH ALLE OBERFLÄCHEN REINIGEN?

Bei Grippe ist es wichtig, sich auf die Handkontaktstellen oder berührten Oberflächen zu konzentrieren. Sie schauen so harmlos aus, aber unsere Hände sind einer der häufigsten Überträger von Krankheitskeimen. Einfache Gegenstände wie Türklinken, Lichtschalter, Aufzugknöpfe, Treppengeländer, alles was häufig von Händen angefasst wird, sollte regelmäßig gereinigt und desinfiziert werden, um die Verbreitung von Krankheitserregern zu minimieren.

