



Schweinegrippe – Infoblatt

Wichtige Informationen

Die Schweinegrippe ist eine Viruserkrankung (Influenza A/ H1N1). Ein Impfstoff ist in Entwicklung. Zwar ist die Erkrankung meist harmlos, dennoch gibt es schon Todesfälle.

Symptome:

- Atemwegserkrankungen (Husten, Schnupfen, verstopfte Nase, Halsschmerzen)
- Fieber

→ Bei Symptomen sofort zum Arzt gehen!

Tipps zur Vorsorge:

- Häufiges Händewaschen (evtl. mit Desinfektionsmitteln)!
- Nicht gemeinsam aus einem Glas trinken!
- Genügend schlafen (~ 8 Stunden), damit das Immunsystem gestärkt ist!
- Bei Grippe-symptomen zu Hause bleiben und Arzt kontaktieren!
- Nach unten niesen/ husten, z. B. in den Ärmel – nicht in die Hand!
- Abstand zu Menschen mit Grippe-symptomen!
- Immunsystem stärken!
- Öfters mal kurz Lüften (Stoßlüften)
- Bei Infektion gebrauchte Taschentücher in eine Plastiktüte geben und Familienangehörige schützen!
- Atemschutzmasken (EN 14683) senken das Risiko einer Ansteckung!

Copyright: <http://www.a-h1n1-schweinegrippe.de>

Foto: [Rene Grycner](#) - Fotolia.com

Das Infoblatt kann gerne verteilt und aufgehängt werden.