Unbekannte Bekannte : die Grippe

Autor(en): **[s.n.]**

Objekttyp: **Article**

Zeitschrift: **Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung**

Band (Jahr): **65 (1987)**

Heft 1

PDF erstellt am: **04.05.2024**

Persistenter Link: https://doi.org/10.5169/seals-721078

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.
Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.
Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

http://www.e-periodica.ch

Unbekannte Bekannte

Die Grippe

Mit einem leichten Kratzen im Hals, Frösteln und brummendem Kopf sagt sie sich meist an – die Grippe. Noch nach 50 Jahren, nachdem der erste Grippe-Virus isoliert wurde, bereitet diese Krankheit Medizinern Kopfzerbrechen.

Grippe-Viren sind eine Familie von höchst wechselhaften Viren, die keinen Regeln gehorchen. Indem sie des öftern ihr molekulares Make-up wechseln, bringen sie das menschliche (und tierische) Immun-System durcheinander und machen die heutigen Impfstoffe innerhalb weniger Jahre wertlos. Seit der tödlichen Grippe-Epidemie im Jahr 1968, die als Hong-Kong-Grippe in die Geschichte einging, wurde allerdings kein neuer Grippe-Virus, der Menschen befällt, mehr festgestellt.

Eine der letzten weltweiten Seuchen

Obwohl die Grippe bereits seit dem 13. Jahrhundert beschrieben und seit dem 17. Jahrhundert auch statistisch erfasst wird, gelang die Isolierung ihrer Ursache erst 1930. Damals wurde der $^{1}/_{10000}$ mm grosse Influenza-Virus zum ersten Mal aus einem Schwein isoliert. Die moderne Virusforschung unterscheidet zwischen vier Typen: A und B als Haupt-, C und D als Nebentypen. Darüber hinaus sind aber noch zahlreiche weitere Stämme bekannt, die sich so häufig genetisch verändern, dass man es selten mit demselben Erreger zu tun hat. Wenn sich auch die Grippe-Epidemie von 1918/19 mit weltweit 500 Millionen Erkrankten und 22 Millionen Toten nicht mehr wiederholt hat, könnte aber auch heute ein noch unbekannter Erreger verheerende Folgen haben. Die Weltgesundheitsorganisation (WHO) hat deshalb ein umfangreiches Warnsystem geschaffen, um eine drohende Grippe-Epidemie rechtzeitig erkennen und vorbeugende Massnahmen ergreifen zu können. Das Welt-Influenza-Zentrum in London und das Zentrum für übertragbare Krankheiten im amerikanischen Atlanta stehen mit 75 Laboratorien in 57 Ländern in Verbindung und bilden ein eigentliches Grippe-Warnsystem.

Wie schützt man sich?

Die Grippe ist eine äusserst ansteckende Krankheit. Durch Niesen und Husten werden die Krankheitserreger über die Atemluft übertragen. Deshalb sollte man Menschenansammlungen in geschlossen Räumen möglichst meiden. Es ist sinnlos, löffelweise Medikamente zu schlucken, gezieltes Einnehmen von Vitamin-C-haltigen Mitteln und desinfizierenden Lutschtabletten ist jedoch empfehlenswert. Eine

Nicht Ursachen-, sondern Symptombekämpfung

Bei der Grippe, genau wie beim Schnupfen, kann man nicht die Ursache, sondern nur die Symptome bekämpfen. Für die schmerzhaften Begleiterscheinungen dieser Virus-Krankheit – Kopfweh, Hals- und Gliederschmerzen, Fieber – gibt es die verschiedensten Medikamente. Zahlreiche Grippe-Mittel trocknen aber die Schleimhäute zu stark aus. Man fühlt sich zwar etwas besser, kann aber die Genesung hinauszögern.
Ärzte empfehlen deshalb Bettruhe, viel heisse Flüssigkeit, leichte, vitaminhaltige Mahlzeiten und ein Schmerz und Fieber senkendes Mittel. Es gilt aber darauf zu achten, dass es sich beim Medikament um ein sogenanntes Mono-Präparat handelt. Ein Medikament also, das nur aus einem Wirkstoff besteht (z. B. Tylenol). Diese Mittel wirken genau so gut wie kombinierte Präparate, zeigen aber sehr viel weniger Nebenwirkungen.

entscheidende Rolle spielt auch die Ernährung: Viel Gemüse, Obst, heisse Getränke machen den Körper widerstandsfähiger. Dazu tragen auch Wechselbäder, Sauna und ausgedehnte Spaziergänge an der frischen Luft bei. Ausreichender Schlaf ist ein Muss, denn Müdigkeit erhöht die Anfälligkeit für Krankheiten.

Wenn Sie die Grippe trotzdem überrascht hat

Unvorsichtiges Verhalten kann aus einer harmlosen Grippe eine gefährliche Krankheit machen. Besonders gefährdet sind die jüngsten und älteren, bereits durch andere Krankheiten geschwächte Patienten oder jene Unbelehrbaren, die Bettruhe für überflüssig halten oder, nachdem das Fieber abgeklungen ist, gleich wieder aufstehen. Der Körper braucht Zeit, um neue Abwehrstoffe bereitzustellen, wobei die Immunität nur zwei Monate andauert. Nach vier Monaten sind bereits wieder 30% der Grippekranken für eine Neuinfektion anfällig. Wer sich mit dem Virus angesteckt hat, bleibt während einer Woche nach Beginn der Krankheit ansteckend, sollte also auch von sich aus Gesunde meiden. Ein Grippekranker tut gut daran, sehr viel Flüssigkeit (möglichst heiss) zu trinken, um den Körper vor dem Austrocknen zu bewahren. Mahlzeiten sollten leicht und vitaminhaltig sein. Um Kopf- und Gliederschmerzen zu bekämpfen und das Fieber zu senken, schadet es nicht, ein entsprechendes Medikament einzunehmen. Ärzte empfehlen, darauf zu achten, dass das Präparat nur aus einem Wirkstoff besteht – ein sogenanntes Mono-Präparat (z. B. Tylenol, Aspirin).

Wie funktioniert der Grippe-Virus?

Noch immer tun sich Wissenschafter schwer mit der Erklärung, warum Grippe Fieber auslöst oder ungewöhnlich starke Muskelschmerzen verursacht – die Symptome also, die schon Hippokrates vor rund 25 Jahrhunderten aus eigener Erfahrung beschrieb. Andere Aspekte des teuflischen Benehmens der Grippe-Viren werden immer verständlicher.
Es scheint, als sei nicht die Kälte für diese meist im Winter auftauchenden Epidemien verantwortlich. Viel mehr sind es Menschen, die sich innerhalb von «Nies-Distanz» in geschlossenen Räumen – in Schulen, Büros, öffentlichen Verkehrsmitteln, zu Hause – aufhalten. Das ist ein Klima, das den Viren zusagt. Sonne und frischer Luft sind sie eher abhold.
Einmal im Körper, finden die Viren ihren Weg durch Nasengänge und Luftröhren in die Lungen. Im Zellkern übernimmt der Grippe-Virus die biochemische Maschine. Was der Virus braucht, um weitere notwendige Proteine herzustellen, stiehlt er aus der Gastzelle. Innerhalb von 10 Stunden hat er in dieser einzigen Zelle genügend Proteine produziert, um Hunderte von weiteren Viren zu kreieren. Der Weg der Viren aus der Gastzelle ist ein raffinierter und komplizierter Prozess. Ein Prozess, der sich ständig wiederholt und für das menschliche Abwehrsystem zu einem logarithmischen Alptraum wird. Wenn sich eine Person krank zu fühlen beginnt, ist die Spitze der Infektions-Periode bereits vorbei und die Viren-Vermehrung am Abflauen. Wenn das Abwehrsystem eines bereits geschwächten Patienten die Viren nicht erfolgreich bekämpfen kann, führt das meist zu Komplikationen. Komplikationen, die im schlimmsten Fall tödlich ausgehen.

Die Grippe-Impfung

Eine weitere wirksame Waffe im Kampf gegen die Grippe ist die Impfung. Ihre Schutzwirkung tritt nach ungefähr acht Tagen ein und dauert gut sechs Monate. Regelmässige Nachimpfungen sind nötig, um den bestmöglichen Schutz zu erlangen. Denn immer neue Influenza-Viren gesellen sich zu den bereits bekannten. Deshalb beobachtet die Weltgesundheitsorganisation (WHO) in Laboratorien laufend, welche Grippe erregenden Virusstämme weltweit aktiv sind. Sie sorgt dann dafür, dass, wiederum weltweit, die Gesundheitsbehörden rechtzeitig den entsprechenden Impfstoff zur Verfügung stellen können.

Die Grippe-Impfung empfiehlt sich vor allem Menschen

- die über 60 Jahre alt sind,
- die beruflich einer erhöhten Infektionsgefahr ausgesetzt sind oder die selbst vermehrt Viren auf andere übertragen könnten (im Gesundheitswesen tätige Leute, zahnärztliches Personal, Lehrer usw.)
- die an Diabetes oder anderen Stoffwechselkrankheiten leiden
- mit chronischem Nierenleiden
- mit chronischen Anämien
- mit angeborenem oder erworbenem Immundefekt
- mit Herzkrankheiten

FdW

Während noch Winter für Winter Tausende von Menschen sich mit Schnupfen und Grippe plagen, arbeiten Wissenschaftler auf der ganzen Welt daran, einen universellen Grippe-Impfstoff zu entwickeln. Forscher aus Australien, England und den USA haben bereits erste Erfolge gemeldet. Andere Ziele sind etwas bescheidener. So formuliert es ein amerikanischer Grippe-Forscher: «Unser Traum ist es, innerhalb der nächsten zehn Jahre die Grippe wirklich zu verstehen. Welche Gene für was verantwortlich sind, welche Gen-Kombinationen Epidemien auslösen, warum sie innerhalb von zwei Tagen ein Huhn töten kann ... Wenn wir diese Faktoren alle wirklich verstehen, werden wir auch stabile und wirksame Impfstoffe herstellen können.»

Quelle: Johnson & Johnson

Die Grippe in der Schweiz

Die letzten in unserem Land aufgetretenen grossen Epidemien liegen einige Jahre zurück. Über 200 000 Personen wurden 1957/58 von der asiatischen Grippe befallen. 1959/60 wurden über 70 000 Fälle registriert, 1969/70 waren es noch 50 000. Da die Grippesymptome sehr vielfältig auftreten und deshalb nur schwer zu diagnostizieren sind, handelt es sich bei diesen Zahlen um sämtliche grippeartigen Erkrankungen, die gehäuft aufgetreten sind. Unsere Zusammenstellung zeigt die Entwicklung der letzten fünfzehn Jahre:

Anzahl gemeldeter, grippeartiger Krankheitsfälle in der Schweiz

Jahr	
1971	31 290
1972	12 348
1973	24 941
1974	8 008
1975	13 858
1976	26 251
1977	3 259
1978	13 305
1979	7 451
1980	3 400
1981	14 337
1982	3 499
1983	15 813
1984	3 180
1985	7 640

Aus: Statistisches Jahrbuch der Schweiz

Lenk – das ganze Jahr!

Kurs- und Sportzentrum Lenk (KUSPO)

Modernste Unterkunfts-, Verpflegungs- und Schulungsräume. Sportanlagen mit Mehrzweckhalle. Für Vereine, Schulen, Klubs und Gesellschaften. 450 Betten (3 Chalets).

*Informieren Sie sich **heute**, damit Sie schon **morgen** planen können.*

Kurs- und Sportzentrum

CH-3775 Lenk Tel. 030/3 28 23

MON-DÉSIR

Christliche Pension
CH-6644 Orselina
Ticino
Tel. 093/33 48 42
Fam. P. Salvisberg

Ruhige Lage, an sonnigem Südhang über dem Lago Maggiore. Geöffnet ab 2. März bis November. Spezialpreise im Monat März.

Mon-Désir – auch Ihr Ferienplaisir!

Ein privates Alters- und Pflegeheim, wie es nicht viele gibt ...

Herzlich willkommen!

In unserem Haus finden alte Menschen ein neues und heimeliges Zuhause, die notwendige Wärme und Zuwendung. – Unseren alten und pflegebedürftigen Heimbewohnern bieten wir eine freundliche und anregende Atmosphäre mit heiminternen Aktivitäten. Geschultes Fachpersonal, ärztliche Aufsicht und eine schmackhafte Küche sorgen für das leibliche Wohl. – Einzel- und Doppelzimmer.
Verlangen Sie bitte unsere Unterlagen, rufen Sie an oder kommen Sie uns besuchen. – Auf bald!

Alters- und Pflegeheim National, Badstrasse 28, 5400 Ennetbaden, Tel. 056/22 64 55

Frischzellen
Regenerationskuren

Ausführliches Informationsmaterial auf Anfrage.
Postkarte oder telefonischer Anruf genügt.

PRIVAT-KLINIK
Dr. Gali
Sekretariat
Schweiz

Lerchenstr. 105
4059 Basel
Tel. 061/351712