

TOP 5 Grippemythen

Was sind die häufigsten Mythen und Missverständnisse zur Influenza

Alle Jahre wieder: die Grippezeit ist zurück. Um die weitverbreitete Virusinfektion ranken sich einige Mythen und Missverständnisse. Die Debeka, Deutschlands größte private Krankenversicherung, beleuchtet fünf davon und klärt auf, hinter welcher Aussage Wahrheit steckt.

Mythos 1: Die Grippe ist nur eine harmlose erweiterte Erkältung

Wer sich unsicher ist, ob Grippe oder Erkältung: Bei einer Grippe oder auch „Influenza“ fühlt man sich sprichwörtlich wie „von einem Zug überfahren“. Die Beschwerden, meist Fieber, Husten, Halsschmerzen sowie Kopfweh und Muskelschmerzen, setzen plötzlich und sehr heftig ein. Und die Grippe ist auch nicht das nächste Level einer Erkältung. Eine Erkältung verläuft eher schleppend, man fühlt sich nicht so ganz wohl, der Hals kratzt, die Nase läuft, man hat von allem so ein bisschen was.

Mythos 2: Die Grippeimpfung löst Grippe aus

Falsch! Die übliche Grippeimpfung ist ein Totimpfstoff: Sie enthält inaktive Viren oder Teile des Virus, die das Immunsystem zum Aufbau von Antikörpern anregen sollen, ohne die Krankheit auszulösen. Grippeimpfungen können Nebenwirkungen wie leichte Schmerzen an der Injektionsstelle oder grippeähnliche Symptome hervorrufen, aber nicht die Ursache für eine Grippe sein. Vor allem ältere Menschen ab 60 Jahren, chronisch Kranke sowie Schwangere sollten sich regelmäßig impfen lassen. Bei ihnen besteht ein erhöhtes Risiko für schwere oder sogar tödliche Verläufe. Für medizinisches Personal ist aufgrund des vermehrten Kontakts zu Erkrankten eine Impfung ratsam – um nicht nur sich selbst zu

Ihre Ansprechpartner:

Dr. Gerd Benner

Leiter

Unternehmenskommunikation

Telefon (02 61) 4 98 - 11 00

Christian Arns

Abteilungsleiter

Konzernkommunikation

Telefon (02 61) 4 98 - 11 22

E-Mail presse@debeka.de

10. Dezember 2023

schützen, sondern auch die Patienten. Die Grippeimpfung sollte jährlich ab Oktober bis Mitte Dezember durchgeführt werden.

Mythos 3: Antibiotika können die Grippe heilen

Falsch! Die Grippe wird durch Viren verursacht und nicht durch Bakterien. Antibiotika sind wirkungslos gegen Viren und werden nicht zur Behandlung der Grippe eingesetzt. Antibiotika helfen bei bakteriellen Infektionen oder bei bakteriellen Komplikationen der Grippe. Treten also zu der Grippe beispielsweise eine Lungenentzündung oder Bronchitis auf, eine Mandelentzündung oder Sinusitis, werden zusätzlich Antibiotika verabreicht. Das erfolgt aber immer unter ärztlicher Anleitung.

Mythos 4: Winterzeit = Grippezeit

Grippe kann man natürlich das ganze Jahr über bekommen. Dennoch tritt sie in den Wintermonaten häufiger auf. Das hat verschiedene Gründe: Das Grippevirus ist bei kühleren Temperaturen stabiler und kann länger in der Luft und auf Oberflächen überleben. Außerdem wird vermutet, dass die Schleimhaut der oberen Atemwege bei trockener Luft anfälliger für eine Infektion ist. Zudem ist das Immunsystem im Winter weniger schlagkräftig als im Sommer. Hinzu kommt, dass wir wieder mehr Zeit in wenig belüfteten Innenräumen verbringen und in engerem Kontakt zueinander sind.

Mythos 5: Gesunde Menschen können eine Grippe viel leichter überstehen

Völlig unbesiegbar sind wir leider nicht. Selbst gesunde Menschen können schwerwiegende Folgen durch eine Grippe haben. Wer zu früh wieder in anstrengende sportliche Aktivitäten einsteigt oder Alltagsstress ausgesetzt ist, riskiert, die Grippe zu „verschleppen“. Das kann zu Komplikationen, wie beispielsweise Lungenentzündung oder Schädigungen des Herz-Kreislauf-Systems führen. Es ist wichtig, dass man sich schont und auskuriert.



Versichern und Bausparen

Weitere Infos zu Gesundheitsthemen erhalten Interessierte unter www.debeka-gesundheit.de.

Bildunterzeile: Bei einer Grippe oder auch „Influenza“ fühlt man sich sprichwörtlich wie „von einem Zug überfahren“. Foto: Debeka/AdobeStock