

# Was Sie über eine Grippe-Pandemie (flu pandemic) wissen sollten.

**Eine Grippe-Pandemie** kann sich schnell und mühelos in vielen Ländern und Gebieten der Welt ausbreiten.

Die Zeitungen berichten in letzter Zeit ständig über die befürchtete Grippe-Pandemie. Im 20. Jahrhundert sind bereits drei Grippe-Pandemien vorgekommen. Am katastrophalsten war die "Spanische Grippe" in den Jahren 1918 und 1919, bei denen über 20 Millionen Leute ums Leben kamen.

Die Gesundheitsbehörden haben uns informiert, daß es nur eine Frage der Zeit sei, bevor eine Grippe-Pandemie auftreten wird. Sie teilten uns mit, daß wir mit rechtzeitig vorgenommenen Vorkehrungen die Anzahl der Krankheits- und Todesfälle reduzieren können.

Da sich die Grippe-Pandemie in derselben Weise wie die saisonbedingte Grippe verbreitet - durch Tröpfchen, welche durch Niesen und Husten verbreitet werden, sowie durch Handkontakt - kann man die Ausbreitung mit einfachen Vorsichtsmaßnahmen weitgehend vermindern.

## 1. Was ist eine Pandemie (pandemic)?

Eine Pandemie ist durch den Umfang der Ausbreitung gekennzeichnet. Eine Krankheit wird als Pandemie bezeichnet, wenn sie sich schnell und mühelos weltweit ausbreitet und dabei ein großer Prozentsatz der Bevölkerung betroffen wird.

## 2. Wie beginnt eine Grippe-Pandemie?

Die Viren, welche die Grippe verursachen, ändern sich ständig. Eine Pandemie beginnt, wenn ein neuer Grippevirus-Stamm erscheint, welcher sich von bisherigen Influenzaviren unterscheidet. Weil die Menschen gegen dieses neuen Virus keine

Immunität besitzen, kann es sich blitzschnell ausbreiten und hunderttausende von Menschen anstecken. Pandemische Grippestämme entwickeln sich häufig, wenn sich ein Tier- oder Vogelvirus mit einem menschlichen Erreger vereinigt, um ein neues Virus zu bilden.

## 3. Wie lange beträgt die Ansteckungsperiode?

Die Grippe ist meist 24 bis 48 Stunden vor dem Auftreten von Symptomen, sowie fünf Tage nach deren Auftreten ansteckend. Das bedeutet, daß Sie die Krankheit verbreiten können, selbst wenn Sie gar nicht wissen, daß Sie sich angesteckt haben.

## 4. Was ist der Unterschied zwischen der herkömmlichen Grippe und der Pandemie-Grippe?

Eine Pandemie-Grippe kann ziemlich ähnlich zur saisonbedingten Grippe erscheinen. Weil die Menschen nur eine geringe oder überhaupt keine Immunität gegen den Pandemie-Grippevirus besitzen, kann sich die Krankheit viel schneller als die normale Grippe verbreiten.

Die Symptome sind dieselben: Fieber, Kopfschmerzen, Muskel- und Gliederschmerzen, Müdigkeit, verstopfte Nase, Niesen, Halsschmerzen und Husten. Bei einer Pandemie-Grippe können sie jedoch weitaus schwerer ausfallen und Menschen ergreifen, denen die saisonbedingte Grippe normalerweise weniger ausmacht - wie zum Beispiel jüngere, gesunde Erwachsene. In den Pandemien von 1918 und 1919 handelte es sich bei den meisten Todesfällen um gesunde Erwachsene.

Die herkömmliche Grippe und die Pandemie-Grippe werden in der gleichen Weise in Umlauf gesetzt. Das Grippevirus wird verbreitet, wenn eine grippekranke Person hustet oder niest und die mit dem Virus befallenen Tröpfchen mit Nase, Mund oder Augen anderer Personen in Kontakt kommen. Sie kann ebenso verbreitet werden, wenn grippekranke Leute in ihre Hände husten oder niesen und dadurch die von ihnen berührten

Gegenstände, wie zum Beispiel Türklinken, infizieren. Andere Leute stecken sich an, wenn sie die gleichen Gegenstände berühren und danach ihr Gesicht anfassen.

***Es ist zu erwarten, daß bis zu 35 % aller Ontarier an der Pandemie-Grippe erkranken werden.***

*Hier ist, was Sie über eine Grippe-Pandemie wissen sollten.*

Herkömmliche Grippe	Pandemie-Grippe
Die herkömmliche Grippe gibt es jedes Jahr.	Die Pandemie-Grippe kommt nur zwei- oder dreimal in einem Jahrhundert vor.
Die herkömmliche Grippe tritt meistens zwischen November und April auf - und dann hört es auf.	Die Pandemie-Grippe erscheint meist in zwei oder drei Infektwellen mit einem jeweiligen Abstand von mehreren Monaten. Jede Welle hält ca. zwei bis drei Monate an.
Etwa 10 % der Bevölkerung von Ontario erkrankt jedes Jahr an der herkömmlichen Grippe.	Etwa 35 % der Bevölkerung von Ontario wird wahrscheinlich im Verlauf eines Ausbruchs an der Pandemie-Grippe erkranken.
Die meisten Leute, die sich an der herkömmlichen Grippe anstecken, fühlen sich zwar krank, aber sie genesen meistens innerhalb weniger Wochen.	Etwa die Hälfte der an der Pandemie-Grippe infizierten Leute werden erkranken. Die meisten werden zwar genesen, aber es kann sich ziemlich lang hinziehen. Und manche werden sterben.
Die herkömmliche Grippe ist für Menschen mit schwachem Immunsystem, wie Kleinkinder, ältere Menschen und Leute mit chronischen Erkrankungen, besonders schlimm.	Mit der Pandemie-Grippe können Menschen jeden Alters schwer erkranken, abhängig vom jeweiligen Virus.
Im Laufe einer normalen Grippesaison versterben bis zu 2000 Ontarier an den von der Grippe verursachten Komplikationen, wie zum Beispiel Lungenentzündung(pneumonia).	Während einer Grippe-Pandemie werden sich in Ontario weitaus mehr Leute anstecken und es wird wahrscheinlich auch mehr Todesfälle geben.
Es gibt jährliche Grippeschutzimpfungen, mit welchen man sich vor der herkömmlichen Grippe bewahren kann.	Zur Zeit gibt es keinen wirksamen Impfstoff gegen die Pandemie-Grippe. Es dauert vier bis fünf Monate nach Ausbruch der Pandemie, bis ein Impfstoff entwickelt werden kann.
Es gibt Medikamente, die man zur Behandlung der herkömmlichen Grippe einnehmen kann.	Die gleichen Medikamente können zwar auch bei der Behandlung von Menschen mit Pandemie-Grippe eingesetzt werden, aber vielleicht werden unsere Vorräte nicht für alle ausreichen und zudem kann deren Wirksamkeit erst nach Identifizierung des Virus festgestellt werden.

## 5. Werden die Bewohner Ontarios betroffen sein?

*Ja.* Durch den ständigen Luftverkehr zwischen vielen Ländern wird sich die Pandemie-Grippe voraussichtlich in alle Teile der Welt, inklusiv Ontario, ausbreiten.

Die "World Health Organization" und Fachleute der öffentlichen Gesundheitsbehörden auf der ganzen Welt halten eine ständige Ausschau auf die ersten Anzeichen einer Grippe-Pandemie, damit sie sofort Schritte unternehmen können, um eine Ausbreitung aufzuhalten.

## 6. Was geschieht, wenn eine Grippe-Pandemie in Ontario eintrifft?

Sobald ein Pandemie-Grippevirus in Ontario eintrifft, wird sich dieser wahrscheinlich blitzschnell verbreiten. Viele Leute werden erkranken und unsere Gesundheitsdienste stehen dann unter großem Druck.

Je nachdem, wie weit sich die Grippe-Pandemie verbreitet, kann dadurch unsere tägliche Routine unterbrochen werden. So werden, zum Beispiel, Geschäftsfirmen einige ihrer Betriebe einstellen müssen. Stadtverwaltungen werden sich unter Umständen auf lebenswichtige Dienste beschränken müssen. Öffentliche Versammlungen, wie Konzerte und Sportveranstaltungen, bei welchen sich das Grippevirus leicht verbreiten kann, werden unter Umständen von den öffentlichen Gesundheitsbehörden verboten werden. Schulen könnten geschlossen werden.

Wir können unmöglich voraussagen, in welchem Ausmaß Ontario betroffen sein wird, bevor wir mehr über die Stärke des Virus herausfinden.

***Grippen-Pandemien können gesunde junge Menschen befallen und sogar umbringen.***

## 7. Wer steht unter dem höchsten Risiko?

Wir alle stehen unter dem Risiko, uns an dem Pandemie-Grippevirus anzustecken. Die Pandemie-Grippe wird sich viel schneller als die einfache Grippe verbreiten, weil sehr wenige Ontarier gegen sie immun sein werden. Bestimmte

Gruppen - wie Kleinkinder oder ältere Menschen - stehen unter einem erhöhten Risiko schwer zu erkranken oder sogar zu sterben.

Aber alle müssen achtsam und auf der Hut sein. Bei den Grippe-Pandemien von 1918 und 1919 kam es bei gesunden jungen Leuten im Alter von 20 oder 30 zu vielen schweren Krankheits- und Todesfällen.

Erst wenn wir mehr über den Virus wissen, können wir einschätzen, wer unter dem größten Risiko steht.

## 8. Wie viele Menschen werden erkranken? Welche Krankendienste werden sie benötigen?

- Schätzungsweise 35 % der Bevölkerung wird an der Pandemie-Grippe erkranken und etwa die Hälfte dieser wird ihren Familienarzt oder ihre Krankenschwester aufsuchen. Die andere Hälfte wird Auskünfte und Beratung benötigen, auf welche Weise sie sich zuhause pflegen können.
- Bei manchen wird die Krankheit ernst genug verlaufen, daß sie in ein Krankenhaus eingeliefert werden müssen.

## 9. Wann wird es eine Behandlung gegen die Pandemie-Grippe geben?

Es gibt virenhemmende Medikamente (antivirals), mit welchen die Grippe behandelt werden kann. Sie wirken jedoch nur dann, wenn sie sofort zu Beginn der Erkrankung - manchmal sogar vor dem Eintreten von Symptomen - eingenommen werden.

Zur Zeit verfügt die Provinz Ontario über ausreichende Vorräte an virenhemmenden Arzneimitteln.

Falls eine Grippe-Pandemie eintrifft, können wir erst nach Identifizierung des spezifischen Erregers herausfinden, ob die in Ontario vorrätigen virenhemmenden Medikamente überhaupt wirken. Wieviele Kranke behandelt werden können, hängt von der Anzahl der zur Verfügung stehenden Arzneimittel ab.

## 10. Wann wird ein Impfstoff gegen die Pandemie-Grippe zur Verfügung stehen?

Sobald das Pandemie-Grippevirus von den Forschern analysiert worden ist, können wir mit der Produktion eines Impfstoffs für die Behandlung der Bewohner Ontarios beginnen.

Je schneller wir Einzelheiten über einen bestimmten Grippevirus erfahren, desto schneller können wir einen Impfstoff entwickeln, der eine Ausbreitung der Grippe verhindern kann. Es ist wichtig zu verstehen, daß so etwas Zeit braucht, aber unsere beste Verteidigung ist, wenn wir in erster Linie auf eine kommende Pandemie vorbereitet sind.

**Gründliches Händewaschen** ist die beste Art, die Verbreitung aller Grippenviren zu verhindern.

## 11. Wie kann ich mich selbst und meine Familie vor einer Grippe-Epidemie bewahren?

Falls die Grippe-Pandemie in Ontario eintreffen sollte, können Sie Ihr Erkrankungsrisiko reduzieren, indem sie die gleichen Vorsichtsmaßnahmen wie bei der herkömmlichen Grippe treffen, um sich selbst sowie ihre Familie zu schützen:

- Lassen Sie sich jedes Jahr die Gripeschutzimpfung geben - die Impfung schützt Sie zwar nicht gegen das Pandemie-Grippevirus, aber sie bewahrt sie davon, an der herkömmlichen Grippe zu erkranken, wodurch ihr Immunsystem und ihre Abwehrkräfte gegen die Pandemie-Grippe geschwächt würden.
- Waschen Sie Ihre Hände oft und gründlich mit Seife - gutes Handwaschen ist die beste Art, um die Verbreitung aller Grippenviren zu verhindern.
- Halten Sie stets einen alkoholgetränkten Handreiniger am Arbeitsplatz, zuhause und im Auto bereit.
- Verdecken Sie beim Niesen oder Husten Ihren Mund und Ihre Nase mit einem Papiertaschentuch.
- Bleiben Sie zuhause, wenn Sie krank sind.
- Vermeiden Sie große Menschenansammlungen, bei denen sich der Virus leicht verbreiten kann.

- Verschieben Sie alle Reisen, die nicht unbedingt notwendig sind.
- Befolgen Sie alle Anweisungen Ihrer öffentlichen Gesundheitsbehörde.

## 12. Was wird von den Gesundheitsbehörden unternommen, um uns vor einer Pandemie zu schützen?

Der Gesundheitsdienstleiter (Chief Medical Officer of Health) und das Gesundheitsministerium (Ministry of Health and Long-Term Care) schmieden gemeinsam mit allen unter der Obhut des öffentlichen Gesundheitsdienstes stehenden Gesundheitsämtern, Ärzten, Krankenhäusern, Pflegeheimen und Heimflegepersonal zahlreiche Krisenpläne zur Bekämpfung der erwarteten Grippe-Pandemie. Unser Bestreben ist, die Ausbreitung so weit wie möglich zu begrenzen und den Bewohnern Ontarios alle erforderlichen Gesundheitsdienste zur Verfügung zu stellen.

### Wir:

- *halten Ausschau auf* Grippeausbrüche in Ontario und weltweit
- *stapeln Vorräte* an virushemmenden Medikamenten und Geräten
- *entwickeln* Verteilungssysteme, damit wir so schnell wie möglich Medikamente und Schutzgeräte an die benötigten Orte befördern können
- *entwickeln Krisenpläne*, damit möglichst viele Ärzte und Krankenpflegestellen bereitstehen
- *schaffen Auskunftsmaterialien* für das Publikum sowie für das ärztliche Personal
- *sorgen dafür*, daß wir möglichst viel Impfstoff zur Verfügung haben, sobald es entwickelt worden ist.

Wir haben gezielte, zweckmäßige und akkurate Kommunikationssysteme aufgestellt, damit wir den Bewohner Ontarios regelmäßig mitteilen können, wie sie sich selbst und ihre Familien schützen und betreuen können.

Für weitere Informationen über Pandemien oder über die Pandemiepläne der Provinz Ontario, besichtigen Sie bitte die Webseite [www.health.gov.on.ca](http://www.health.gov.on.ca)