

# Grippe und Coronavirus –

## wie lässt sich eine Überfüllung der Spitäler vermeiden?

**Impfung** Bald wird sich wieder die saisonale Grippe ankündigen. Und die hat ganz ähnliche Symptome wie COVID-19. Dieses Jahr wird mehr denn je empfohlen, sich gegen Grippe impfen zu lassen.

**Estelle Baur** (dt. Text Karin Gruber-Ruffiner)

Halsschmerzen, Husten, Fieber, Schüttelfrost, Muskel- und Gelenkschmerzen, Kopfschmerzen, Verdauungsbeschwerden, Erkältung... In dieser Aufzählung haben Sie bestimmt einige Symptome von COVID-19 erkannt. Schliesslich handelt es sich um dieselben Symptome wie bei der saisonalen Grippe (Influenza), die bald wieder ihr Unwesen treiben wird. In der Schweiz beginnt die übliche Grippewelle gegen Ende Dezember/Anfang Januar. Da sich das Virus Jahr für Jahr verändert, wird empfohlen, die Impfung jedes Jahr zu erneuern. Die Wirkung der Impfung ist ein bis zwei Wochen nach der Injektion am grössten und hält danach mindestens vier bis sechs Monate lang an. Damit verfügen Sie im Allgemeinen über einen Impfschutz für die ganze Grippesaison. Gewiss – es kann vorkommen, dass man trotz Impfung an Grippe erkrankt, doch in einem solchen Fall werden die Symptome bedeutend schwächer ausfallen und das Komplikationsrisiko wird weitaus geringer sein. Denn auch 2020 wird die saisonale Grippe in der Schweiz Todesfälle und wie jedes Jahr zahlreiche Hospitalisationen zur Folge haben. Eine stationäre Spitalbehandlung, die sich angesichts der Behandlung der schwersten COVID-19-Fälle als «Luxus» erweisen könnte.

### Gefahr einer COVID-19-Infektion bei Grippe grösser... und umgekehrt

«Da sich die Symptome der beiden Infektionskrankheiten ähneln, wird dieses Jahr mehr denn je empfohlen, sich gegen die saisonale Grippe impfen zu lassen», erklärt Kantonsarzt Dr. Christian Ambord. «Wenn Sie trotz Impfung solche Symptome aufweisen werden, wird man die Hypothese einer Grippeerkrankung in Prinzip direkt ausschliessen und rascher eine andere Diagnose in Erwägung ziehen können und Sie beispielsweise auf das Coronavirus testen.»

Eine Person, die nicht gegen Grippe geimpft ist und an COVID-19 erkrankt, wird geschwächt und damit eher gefährdet sein, an Grippe mit all ihren möglichen Komplikationen zu erkranken. Natürlich kann auch der gegenteilige Fall eintreten. Eine Kumulierung der Komplikationsrisiken beider Infektionskrankheiten könnte also verhängnisvoll sein und eine stationäre Aufnahme im Spital erfordern. Das genau in dem Moment, in dem die Spitäler sowieso schon stark belegt sind. Die Grippeimpfung kann also eine gute Lösung sein, um die am stärksten gefährdeten Personen zu schützen und gleichzeitig eine Überlastung des Gesundheitssystems zu vermeiden.

### Impfung vor allem gefährdeten Personen und deren engen Kontakten empfohlen

«Wir empfehlen die Grippeimpfung prioritär dem Gesundheitspersonal, Personen ab 65 Jahren, Personen mit chronischen Krankheiten (Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Atemwegserkrankungen, Diabetes, Niereninsuffizienz usw.) sowie Personen, die bei der Arbeit oder privat und in der Familie eng mit diesen Personen zu tun haben. Schwangere Frauen und Frühgeborene gehören ebenfalls zur Risikogruppe. Sekundär wird die Grippeimpfung aber auch allen anderen empfohlen, wie schon in den Vorjahren. Dieses Jahr wird allerdings mit besonderem Nachdruck betont, wie wichtig eine Impfung der Kinder ist, auch ganz kleiner Kinder



**«Wenn Sie trotz Impfung Grippe-symptome aufweisen, kann man diese Krankheit grundsätzlich ausschliessen und rascher eine andere Diagnose wie COVID-19 in Erwägung ziehen»**

Dr. Christian Ambord, Kantonsarzt

## Wer sollte sich impfen lassen?

- Patientinnen und Patienten in **Pflegeheimen** und in Einrichtungen für Personen mit **chronischen Erkrankungen**.
- Schwangere Frauen** und Frauen, die in den letzten 4 Wochen entbunden haben.
- Kinder** ab 6 Monaten.
- Personen ab **65 Jahren**.
- Personen (Eltern, Grosseltern), die **regelmässig Kontakt mit Säuglingen** unter 6 Monaten haben.
- Personen mit einer **chronischen Erkrankung** wie Herzerkrankung, Lungenerkrankung (z.B. Asthma), Stoffwechselstörungen (z.B. Diabetes, Adipositas), neurologische oder muskuloskeletale Erkrankung, Hepatopathie, Niereninsuffizienz, Asplenie oder Funktionsstörung der Milz, Immundefizienz.

Personen, die in der Familie oder im Rahmen ihrer privaten oder beruflichen Tätigkeit regelmässig **Kontakt mit mindestens einer der oben genannten Personen** haben.

ab 6 Monaten. Kinder können das Grippevirus nämlich ebenfalls übertragen.»

### Impfmassnahmen könnten vereinfacht werden

Im Wallis gibt es kein Grippeimpfzentrum. Gegenwärtig ist es allerdings möglich, sich in der Arztpraxis oder in der Apotheke impfen zu lassen. «In den Apotheken unseres Kantons ist es schon möglich, Personen ab 16 Jahren zu impfen, sofern sie keine besonderen Impfrisiken aufweisen. Im besonderen Kontext dieses Jahres kann es sein, dass diese Massnahmen noch vereinfacht und gelockert werden», hält Dr. Christian Ambord fest.

### WO KANN ICH MICH IMPFEN LASSEN?

Eine neue Lieferung des Grippeimpfstoffs ist für Ende Monat vorgesehen. Dann werden weitere Impfdosen verfügbar sein. Wenn Sie sich gegen die saisonale Grippe (Influenza) impfen lassen möchten, können Sie sich an Ihren behandelnden Arzt oder an eine Apotheke, welche die Impfung anbietet, wenden – egal ob Sie zur Risikogruppe gehören oder nicht. Das Verzeichnis aller Apotheken, die in der Schweiz zu einem Pauschalpreis von 30 Franken Impfungen anbieten, ist unter [www.impfapotheke.ch](http://www.impfapotheke.ch) zu finden. Sie können sich auch in Ihrem Unternehmen an die verantwortliche Person für Gesundheitsfragen wenden. Die Grippeimpfung wird nämlich manchmal vom Arbeitgeber übernommen.

Die Hygiene- und Verhaltensregeln bleiben wichtiger denn je – Händewaschen, Maske tragen, Abstand halten – ob es sich nun um die saisonale Grippe, das Coronavirus oder irgendein anderes Virus handelt. Bei plötzlichem Fieber oder Infektionssymptomen wird empfohlen, die Impfung zu verschieben und sich auf das Coronavirus testen zu lassen.

Soll ich mich impfen lassen? Machen Sie den Grippeimpfcheck unter [www.impfengegengrippe.ch](http://www.impfengegengrippe.ch)

Weitere Infos unter [www.bag.admin.ch](http://www.bag.admin.ch)

GESUNDHEIT: DIE OMBUDSSTELLE INFORMIERT

### SAGEN SIE MAL...

**LUDIVINE DÉTIENNE**  
LEITERIN DER OMBUDSSTELLE

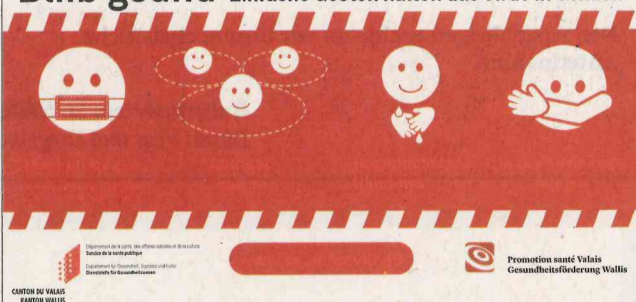


### Was ist ein Vorsorgeauftrag?

Jede urteilsfähige Person kann jemanden anderes damit beauftragen, für sie zu handeln, sobald sie selbst urteilsunfähig geworden ist. Der Vorsorgeauftrag umfasst drei Vertretungsbereiche: Personensorge, Vermögenssorge und Vertretung im Rechtsverkehr. Er kann von Hand geschrieben und mit Unterschrift und Datum versehen oder vor einem Notar erstellt und beurkundet werden. Wenn die Kindes- und Erwachsenenschutzbehörde (KESB) erfährt, dass jemand urteilsunfähig geworden ist, muss sie sich erkundigen, ob ein Vorsorgeauftrag vorliegt. Ist dem so, muss sie verschiedene Punkte prüfen, insbesondere ob die bezeichnete Vertretungsperson den Auftrag ausführen kann. Im medizinischen Bereich kann ein Vorsorgeauftrag nützlich sein, wenn Sie zum Vornherein bestimmen müssen, wer Ihre Interessen vertreten wird, wenn Sie selbst keine Entscheidungen fällen können.

**ombudsman**

**Bliib gsund** Einfache Gesten halten das Virus in Schach



PARTNER

LIGUE **PULMONAIRE** VALAISANNE  
**LUNGENLIGA** WALLIS

[www.lungenliga-ws.ch](http://www.lungenliga-ws.ch)

**Gesundheitsförderung**  
Wallis

[www.gesundheitsförderungwallis.ch](http://www.gesundheitsförderungwallis.ch)

CANTON DU VALAIS  
KANTON WALLIS

[www.vs.ch/gesundheit](http://www.vs.ch/gesundheit)

Departement für Gesundheit, Soziales und Kultur  
Dienststelle für Gesundheitswesen

**Coronavirus-Hotline Kanton Wallis**  
+41 58 433 0 144 (täglich von 08.00 bis 20.00 Uhr)

**Hotline Bundesamt für Gesundheit**  
+41 58 463 00 00 (täglich 24 Stunden)

