

# **Erkältungssymptome: Wann hört die Selbstbehandlung auf?**

**Dr. med. Erwin Häringer**

**Niedergelassener Arzt für Allgemeinmedizin und  
Naturheilverfahren, München**

# Influenza – eine akute virale Atemwegsinfektion

## Symptome:

- Sudden onset: schwere Erkrankung, plötzlicher Beginn aus dem völligen Wohlbefinden heraus
- Fieber, Schwächegefühl, Kopfschmerzen, Gelenkschmerzen, trockener, nicht-produktiver Husten
- Dauer der Symptome: 6 – 10 Tage
- Husten und Krankheitsgefühl können für 1 – 2 Wochen persistieren, postgrippale Asthenie über Monate möglich
- Kinder: Konvulsionen, gastrointestinale Symptomatik

**Aufgrund des Symptomkomplexes klinische Diagnose möglich!**

Lange, Vogel: Influenza – Virologie, Epidemiologie, Klinik, Therapie und Prophylaxe Blackwell Wissenschafts-Verlag Berlin/Wien (1998)

# Diagnose der Influenza

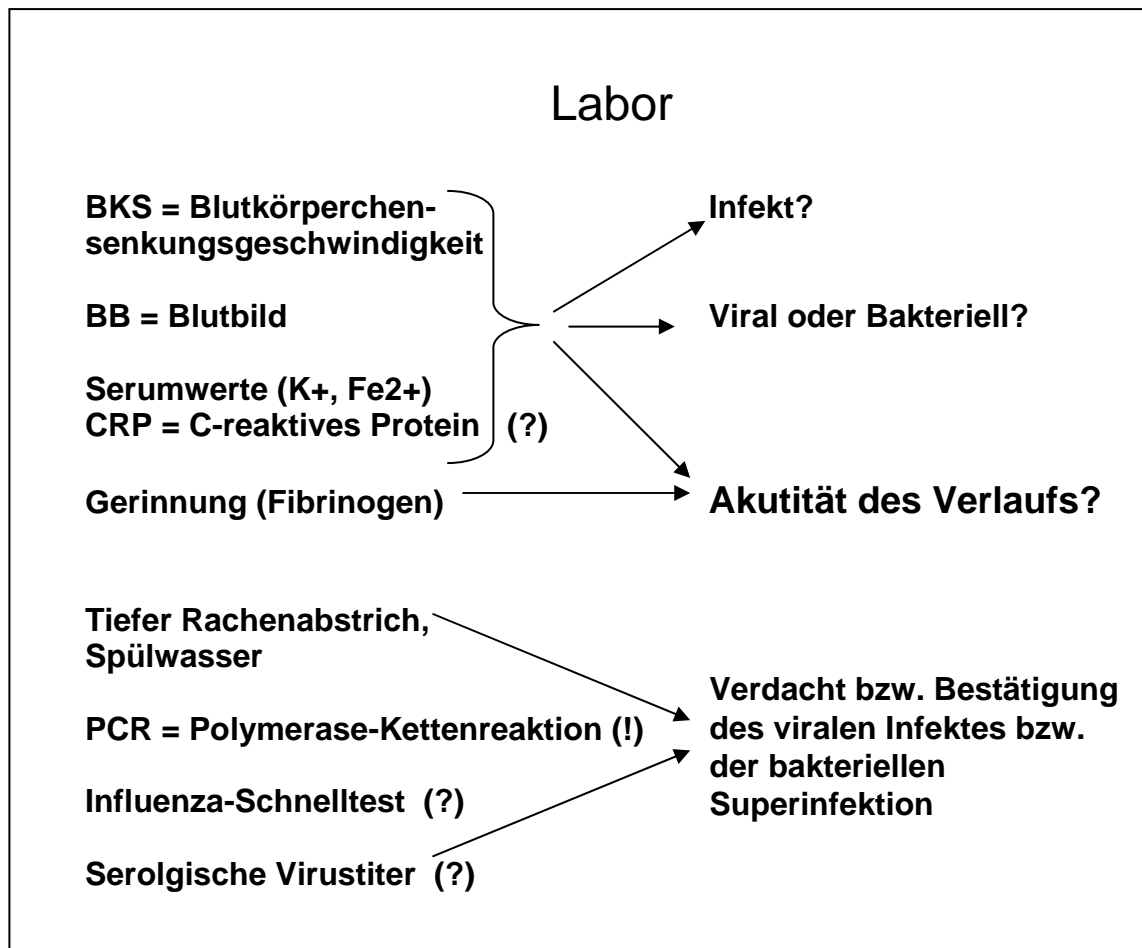


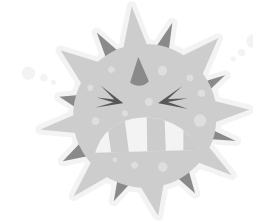
Abb. 15. Empfehlenswerte klinische Laboratoriumsdiagnostik bei ARE  
Aus „Influenza“, W. Lange, G.E. Vogel, H. Uphoff, Blackwell 1999

- Keine klinisch eindeutigen Symptome?
- Erfolgsquote je nach Methode 20 – 70 %

Methoden sind aufwendig + langsam:

***oft kein Einfluss auf Therapie mehr möglich!***

# Das Influenzavirus



- Influenza Virus Typ A & B
- Ausbreitung durch Tröpfcheninfektion, direkten Kontakt
- Jahr für Jahr antigenere `Drift`
- Selten antigenere `Shift`
- Replikation in den Epithelzellen der Luftwege (Respirationstrakt)!
- Freisetzung des Virus in die Luftwege

# Influenza- Virustypen und Auswirkungen

Typ	Subtyp	Auswirkung
Influenza A*	H1N1/ H3N2	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Schwere Erkrankung</li><li>▪ Pandemie/Epidemie</li></ul>
Influenza B		<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Geringe Morbidität</li><li>▪ Geringe Mortalität</li><li>▪ Regionale &amp; verbreitete Epidemie</li></ul>
Influenza C		<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Symptomatik &amp; schwere gripp. Infekt</li><li>▪ Keine NA</li><li>▪ Keine Epidemie</li></ul>

\*Influenzavirus Typ A: Antigenvarianten durch Shift und Drift : HAEMAGLUTININ – 14 Subtypen (3 beim Menschen) NEURAMINIDASE – 9 Subtypen (2 beim Menschen)

# Risikogruppen H1N1

- Alle Beschäftigten im Gesundheitswesen
- Alle Personen zwischen 6 Monaten und 24 Jahren
- Personen mit Kindern unter 6 Jahren im Haushalt
- Alle chronisch Kranken
- Schwangere Frauen

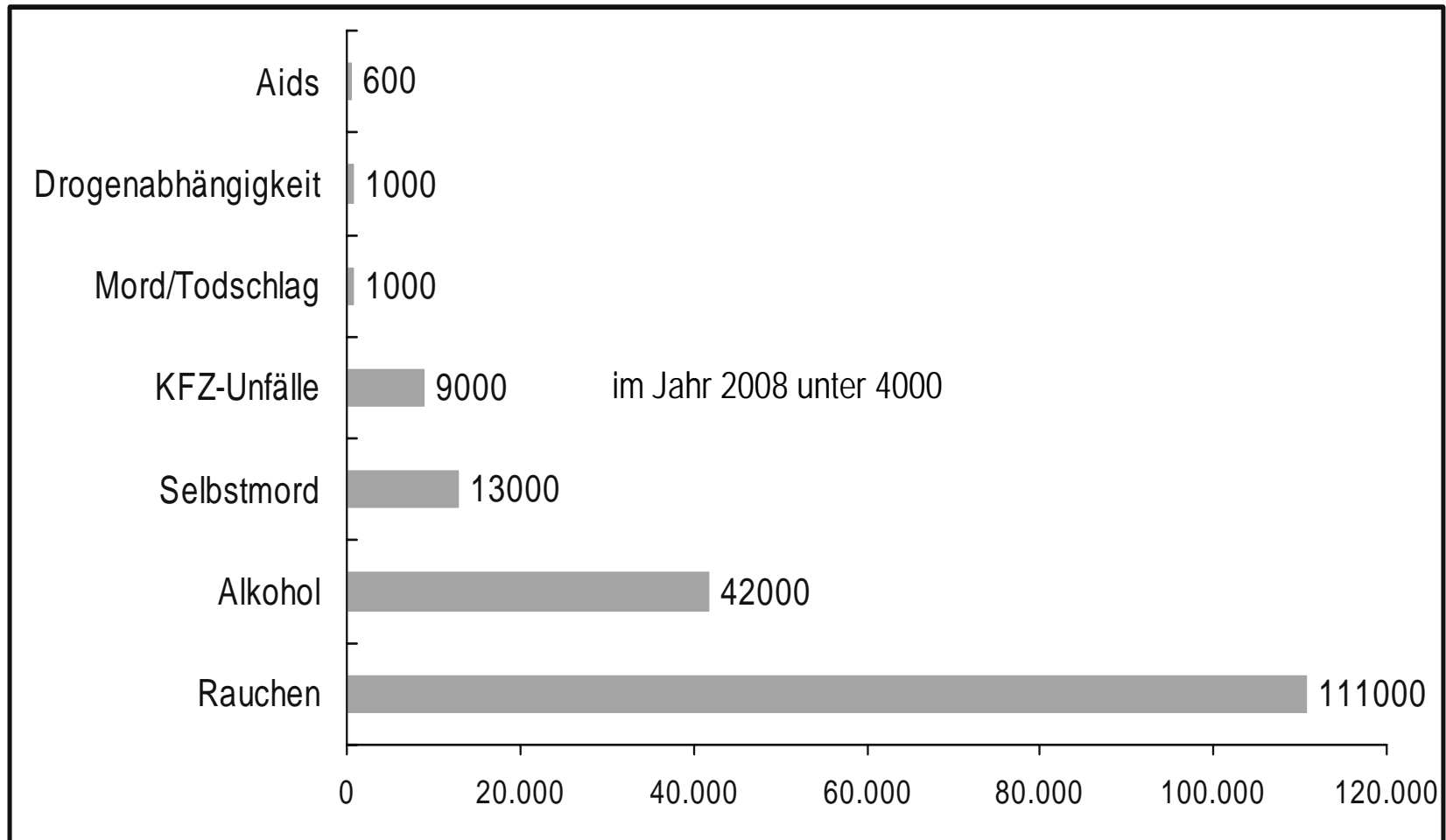
Diese Personen machen fast die Hälfte aller Personen in der USA

# Influenza - Todesfälle

- Weltweit 2009: 230.000 Infektionen 2.200 Todesfälle
- Deutschland 2009: 11.000 Infektionen kein Todesfall
- Jährliche Epidemien
  - USA 1957 – 1986: 10.000 Todesfälle pro Jahr
    - 3 Epidemien mit > 40.000 Todesfällen
  - UK 1989: 20.000 Todesfälle
  - Deutschland 1995/96: ca. 28-30.000 Todesfälle (geschätzt durch AGI)
- Weltweite Pandemien
  - Russian Flu 1977
  - Hong Kong Flu 1968
  - Asien Flu 1957
  - Spanish Flu 1918 20-40 Millionen Todesfälle
- Influenza ist immer noch eine der 10 häufigsten Todesursachen in den USA!

Lui K. et al: Impact of influenza epidemics on mortality in the united states from october 1972 to may 1985; AJPH 1987, 77(6): 712-16  
Laver G. et al.: Disarming flu viruses; Scient Am, 1999 (1): 79-87

# Jährliche Todesfälle in Deutschland durch Rauchen und andere ausgewählte Ursachen

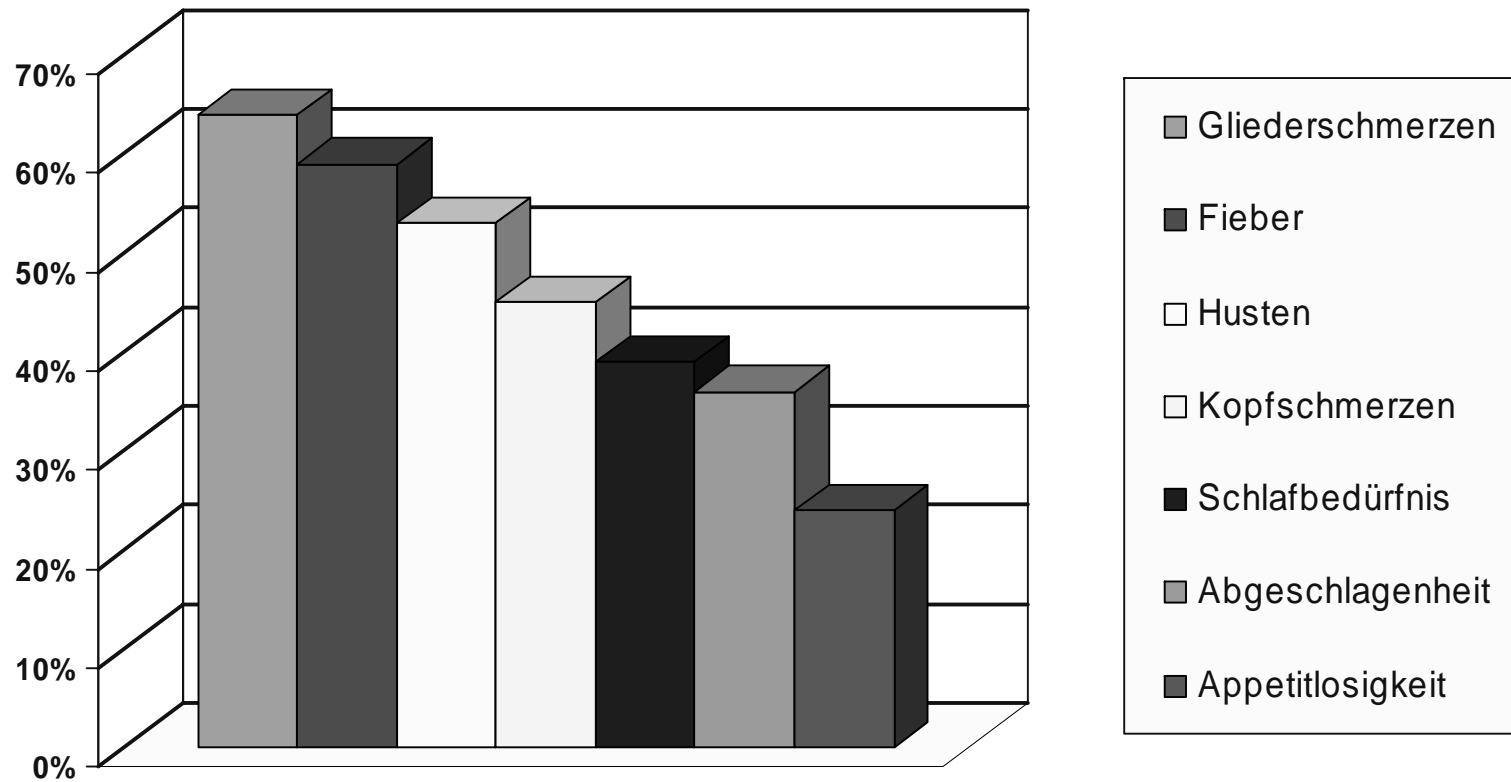


Quelle: B. Junge, Robert Koch-Institut  
in: Gesundheitsjournal Berlin-Hohenschönhausen I/2000

Verwirrspiel mit Todesfällen-Rate

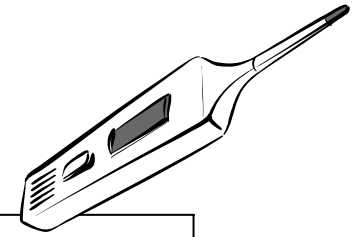


# Influenza-Symptome



Quelle: US Seuchenschutzbehörde CDC

# Erkältung oder Grippe?



**Erkältung**  
(z.B. Rhinoviren)

**Grippe**  
(Influenza-Viren)

Wichtige Symptome	Anteil der Patienten	Schweregrad*	Anteil der Patienten	Schweregrad*
Schnupfen	80 – 100 %	■■■	20 – 30 %	■
Kopfschmerzen	25 %	■	85 %	■■■
Halsschmerzen	50 %	□■	50 – 60 %	□■■
Abgeschlagenheit, Unwohlsein	20 – 25%	□■	80 %	■■■
Husten	40 %	□■	90 %	■■■
Frösteln	10 %	■	90 %	■■■
Fieber > 37,5° C	0 – 1 %		95 %	
Muskelschmerzen	10 %	■	60 – 75 %	□■■

mod. nach Loew, 1998

Die Symptome geben einen Anhaltspunkt dafür, ob es sich um eine harmlose Erkältung oder eine echte Grippe handelt.

\*Schwer ■■■  
mäßig ■■  
mild ■

# Wirkprofile

Wirkstoff/ Droge	sekreto- lytisch	sekreto- mot.	spasmo- lytisch	anti- bakt.	anti- phlog.	anti- tussiv	immun- stimul.
Thymiankraut	X	X	X	X	X		
Primelwurzel	X	X?					
Ambroxol	X	X					
Acetylcystein	X						
Eibischwurzel						X	X
Clobutinol						X	

# Therapeutische Optionen

- **Neuraminidase-Hemmer**  
Zanamivir sinnvoller als Oseltamivir (beide jedoch fragwürdig)
- **Volksmedizin**  
Hühnerbrühe, roter Traubensaft, Cranberry, Wasabi
- **Glukoseinolate**  
Senfö1 (dokumentiert)
- **Immunmodulatoren**  
Glukane (hochmodulare Zuckerstoffe, dokumentiert)
- **Phytotherapie**