

FOTO: ISTOCK



VON WOLFRAM GOERTZ

**DÜSSELDORF** Als hätte die Welt derzeit keine anderen Sorgen, weisen die Experten bereits jetzt auf die Wichtigkeit der Gripeschutzimpfung in diesem Herbst hin. Aber sie haben ja recht. Wie immer weiß man nicht genau, wie sich das Influenza-Virus sortieren wird und ob es Immunfluchtvarianten gibt. Die Vorbereitung auf eine Influenza-Pandemie hat deshalb immer etwas von militärischer Lotterie: Man bereitet sich auf einen Gegner vor, den man noch nicht zu Gesicht bekommen hat, dessen Waffen man sich allenfalls aus der Vergangenheit ausrechnen kann.

Die Sorgen sind nicht unbegründet, denn ein Blick nach Australien zeigt, dass dort die Zahl der Influenza-Infektionen bereits im Mai 2022 alle Rekorde gebrochen hat. Wie das „Deutsche Ärzteblatt“ berichtet, gab es von 23. Mai bis 5. Juni 47.860 laborbestätigte Fälle, das waren mehr als doppelt so viele wie 2019 – das Jahr mit dem bisherigen Höchststand in Australien. Kinder unter 16 Jahren waren für 58,2 Prozent der stationären Fälle verantwortlich, das sind ungewöhnlich viele. Bei den Erwachsenen über 65 Jahren belief sich dieser Anteil auf 18,4 Prozent. Auch in Argentinien, Brasilien und anderen Ländern der Südhalbkugel wurde von einem deutlichen und vor allem früheren Anstieg der Grippefälle berichtet.

Was könnte das für Europa bedeuten? Ist man gut vorbereitet? Dies fragte neulich ein britischer Artikel im Fachjournal „Lancet Infectious Diseases“. Sein Tenor: Die australischen Zahlen könne man nicht ignorieren. Andererseits war es in der Vergangenheit oft andersherum: dass nämlich die europäischen Daten als prognostischer Marker für die südliche Hemisphäre dienten. So sieht es jedenfalls Klaus Stöhr, der dem Sachverständigenrat der Bundesregierung und Parlament zur Evaluation des Infektionsschutzgesetzes und der Coronamaßnahmen angehört.

Außerdem müsse man die australischen Zahlen korrekt interpretieren, meint Stöhr: „Dort ist der Zenit inzwischen bereits überschritten, und die Zahlen sind auf ein Maß gesunken, das man aus früheren Jahren kennt“, erläutert der Virologe, der während seiner Tätigkeit für die Weltgesundheitsorganisation (WHO) das globale Influenza-Programm geleitet hatte.

Überdies müsse sich niemand Gedanken machen, dass bei Influenza in Australien derzeit die H3N2-Variante dominiere, wogegen es sonst eher die H1N1-Variante sei. Stöhr: „Die tetravalenten, also vier-

# Alter Feind Grippe

Der Winter naht - und die nächste Influenza-Saison. Wissenschaftler warnen, dass die Grippewelle 2022/2023 größer ausfallen könnte. Die gute Nachricht: Die Impfung kann zusammen mit einem Corona-Booster erfolgen.

fachen Influenza-Impfstoffe, die für die nächste Impfung zur Verfügung stehen, richten sich gegen Varianten, die mehr als 90 Prozent der zirkulierenden Viren ausmachen.“. Derzeit gebe es noch keine Signale, die auf neue, dominierende Immun-

fluchtvarianten unter den Influenzaviren hindeuteten und den Impfschutz untergraben.

Gleichwohl ahnen Wissenschaftler, dass auch die Grippewelle im Winter 2022/2023 höher ausfallen könne als in den Vorjahren, als vie-

## INFO

### Das Vakzin wird jährlich neu zusammengesetzt

**Saison** Die Grippesaison fällt in Deutschland üblicherweise auf den Zeitraum von Anfang Oktober bis Mitte Mai. Um einen wirksamen Impfschutz aufzubauen, braucht das Immunsystem knapp zwei Wochen.

**Auffrischung** Die Impfung muss jedes Jahr aufgefrischt werden. Das liegt daran, dass sich Influenzaviren in ihren Bestandteilen leicht verändern können. Daher muss die Zusammensetzung des Impfstoffs für jede Grippesaison angepasst werden. Die Ständige Impfkommission des Robert-Koch-Institutes (RKI) empfiehlt seit 2018 einen Vierfachimpfstoff mit den jeweils aktuellen Antigenkombinationen.

**Symptome** Etwa ein Drittel aller Erkrankungen beginnt mit einem plötzlich einsetzenden Krankheitsgefühl, mit Fieber, Halsschmerzen

und trockenem Husten, begleitet von Muskel-, Glieder-, Rücken- oder Kopfschmerzen. Besonders bei älteren Menschen sind die Krankheitszeichen häufig nicht so ausgeprägt und ähneln eher einer Erkältung. Bei einem unkomplizierten Verlauf gehen die Beschwerden nach fünf bis sieben Tagen zurück. Der Husten kann aber deutlich länger anhalten.

**Schwere** Die Schwere der Erkrankung kann unterschiedlich sein. Eine Grippeinfektion kann mit leichten oder auch ganz ohne Beschwerden verlaufen. Sie kann allerdings auch mit schweren Krankheitsverläufen einhergehen, die im schlimmsten Fall zum Tod führen.

**Komplikationen** Als häufigste Komplikationen werden Lungenentzündungen gefürchtet. Bei Kindern können sich auch Mittelohrentzündungen entwickeln. Selten können Entzündungen des Gehirns oder des Herzmuskels auftreten.

le Menschen durch Corona-Schutzmaßnahmen auch eine Infektion mit dem Influenza-Virus verhinderten. Dieser Schutz besaß wie immer einen Haken: Den Aufbau einer natürlichen Immunität verhinderte er. Darum, so Stöhr im „Ärzteblatt“, sollten sich – jenseits aller Corona-Impfempfehlungen, die sowieso bestünden – vor allem Personen über 60 Jahre gegen Grippe impfen lassen. „Dass die Influenzaimpfung für diese Gruppe einen hohen Nutzen hat, ist in Zeiten von Corona noch genauso wahr wie davor“, so der Mediziner.

Leider würden diesen Rat nur 30 bis 40 Prozent der entsprechenden Altersgruppen beherzigen. Er zähle hier „auf die niedergelassenen Ärzte, die das Gros dieser vulnerablen Gruppe impfen“ würden. Die Erfahrung zeige, dass diese Impfsitzung auch für einen Corona-Booster genutzt werde; auch eine sogenannte Triple-Impfung, die sich auch noch gegen Pneumokokken richtet, sei impftechnisch sicher und erzeuge ausreichend hohe Immunantworten.

Bayerns Gesundheitsminister Klaus Holetschek erläuterte das: „Laut der Ständigen Impfkommission können die Impfungen gegen Grippe und gegen Covid-19 zeitgleich gegeben werden. Das ist eine gute Gelegenheit für alle, die noch nicht vollständig gegen Covid-19 immunisiert sind, zwei Fliegen mit einer Klappe zu schlagen. Auch mit Corona-Auffrischungsimpfungen kann die Grippeimpfung kombiniert werden. Klar ist: Beide Impfungen schützen vor allem gegen schwere Verläufe. Und: Beide entlasten unser Gesundheitssystem.“

Stöhr weist ebenfalls auf den hohen Anteil von Kindern und Jugendlichen bei den Hospitalisierungen hin (vor allem bei Kindern mit Grunderkrankungen) und sagt: „Definitiv wissen wir aus zahlreichen Studien, dass eine Grippeimpfung nicht nur sicher ist für diese Altersgruppe. Sie hat für die Jugendlichen auch einen viel größeren Nutzen als eine Impfung gegen Sars-Cov-2“, so Stöhr. Und was sagt die Ständige Impfkommission (Stiko)? Sie empfiehlt die Impfung gegen Influenza allen Menschen über 60, Schwangeren ab dem zweiten Trimester, chronisch Kranken und Bewohnern von Alters- oder Pflegeheimen. Immunisieren lassen sollten sich auch Beschäftigte im Gesundheitswesen, Beschäftigte in Einrichtungen mit umfangreichem Publikumsverkehr und Menschen, die engen Kontakt mit Risikopersonen haben – also auch Apothekenpersonal. Auch Apotheker können jetzt impfen, wenn sie eine ärztliche Schulung nachweisen können.

## SPRECHSTUNDE

### Arthrose oder Arthritis?

Bei schmerzhaft geschwollenen Fingergelenken ist die korrekte Diagnose wichtig für die Einstufung der Krankheit und die weitere Therapie.

*Unsere Leserin Gerda M. (71) fragt: „Ich habe seit vielen Monaten schmerzende und geschwollene Finger. Die Diagnose ist nicht ganz klar. Wie unterscheidet man eigentlich Arthritis und Arthrose?“*

**Stefan Vordenbäumen** Knorpel auf den Gelenkoberflächen ermöglicht eine reibungsarme Bewegung. Bei einer Arthrose verschlechtert sich zunächst die Knorpelqualität und -dicke. Anschließend verändert sich der gelenknahe Knochen und bildet Auswüchse, die zu einer Verdickung der Gelenke führen. Diese harten Verdickungen kann man häufig schon bei der Untersuchung des Gelenks tasten. Im weiteren Verlauf kommt es regelmäßig zu Fehlstellungen der Gelenke.

Bei der Entstehung der Fingergelenk-Arthrose spielen neben Verschleißerscheinungen durch Belastung und zunehmendem Alter weitere Faktoren wie vererbte Risiko-Gene und Übergewicht eine Rolle. Leider gibt es aktuell keine zugelassene medikamentöse Therapie, um eine Fingergelenk-Arthrose aufzuhalten. Eine Linderung und Verbesserung der Beweglichkeit gelingt oft durch Ergo- und physikalische Therapie.

Die rheumatoide Arthritis ist die häufigste chronische entzündlich-rheumatische Erkrankung der Hände. Eine Entzündung der Gelenkinnenhaut wird durch eine Vermehrung von körpereigenen Entzündungszellen hervorgerufen, die auch in die Gelenkhöhle einwandern und Schwellungen

der Gelenke hervorrufen. Diese weichen Schwellungen sind bei der Untersuchung häufig tastbar. Eine fortbestehende Entzündungsreaktion kann im weiteren Verlauf den Knorpel und auch den Knochen angreifen und zerstören. Ursächlich ist bei der rheumatoiden Arthritis eine fehlerhafte Aktivierung von Entzündungszellen durch körpereigene Gelenkstrukturen. Im Gegensatz zur häufigeren Arthrose stehen für die Behandlung der rheumatoiden Arthritis wirksame Medikamente zur Verfügung.

### Bei rheumatischen Verläufen können Medikamente helfen

Bei der Unterscheidung der Fingergelenkarthrose und rheumatoiden Arthritis helfen verschiedene Hinweise: Die Arthrose verläuft meistens langsamer, die „Schwellungen“ sind hart, Schmerzen und Schwellungen sind typischerweise an den Fingerend- oder -mittelgelenken und den Daumensattelgelenken vorhanden. Die rheumatoide Arthritis beginnt hingegen meist rasch, ist mit einer langen Morgensteifigkeit verbunden. Die Schmerzen und Schwellungen sind vorwiegend an den Fingergrund-, -mittel- und Handgelenken. Erhöhte Entzündungswerte und der Nachweis rheumatypischer Antikörper im Blut unterstützen die Diagnose. Ultraschall und Röntgen werden ebenfalls für die weitere Unterscheidung eingesetzt.



**Unser Autor** Professor Stefan Vordenbäumen ist Chefarzt für Innere Medizin und Rheumatologie am Rheuma-Zentrum Meerbusch-Lank.

## TRÄNFILM

### Trockene Augen auch durch Hormonmangel

**DÜSSELDORF** (dpa/w.g.) Dass sich der Hormonhaushalt in den Wechseljahren umstellt, macht vielen Frauen zu schaffen. Als ob Hitzewallungen oder Schlafstörungen nicht reichen, kommen bei vielen noch trockene Augen dazu.

Ein Mangel an bestimmten Hormonen – Androgenen – führt dazu, dass die sogenannten Meibom-Drüsen am Lidrand oft weniger Sekret produzieren. Darauf weist der Berufsverband der Augenärzte Deutschlands (BVA) hin. Haben wir zu wenig von diesem fetthaltigen Sekret, verdunstet der Tränenfilm auf den Augen schneller. Die Folge sind brennende, lichtempfindliche Augen. Und auch die Sehkraft kann nachlassen. Besonders unangenehm ist das Gefühl, man habe ständig feine Sandkörner im Auge.

Ob es neben der hormonellen Veränderung in den Wechseljahren noch weitere Gründe für die trockenen Augen gibt, sollte ein Augenarzt abklären. Liegen die Beschwerden an der nachlassenden Arbeit der Meibom-Drüsen, kann eine sanfte Massage und die Reinigung der

Lidkanten Linderung verschaffen. Dazu hilft es, warme Kompressen auf die Augen zu legen, um die Sekrete in den Meibom-Drüsen zu verflüssigen. Anschließend kann man die Lider mit einem sauberen Wattestäbchen zur Lidkante hin sanft austreichen.

Auch Augentropfen oder Gele können helfen. Außerdem sollten Betroffene darauf achten, ausreichend zu trinken und bei der Arbeit am Bildschirm häufig zu blinzeln. Damit verteilt sich der Tränenfilm gleichmäßig auf der Augenoberfläche, so der BVA. Ebenfalls gut für trockene Augen: frische Luft.

In manchen Fällen sind Schlupflider für Entzündungen der Lidränder verantwortlich, weil sie sogenannte feuchte Taschen erzeugen. Schlupflider lassen sich gut operieren, ein solcher Eingriff sollte allerdings Augenärzten mit genügend Erfahrung vorbehalten bleiben. Ist neben den Augen auch der Mund dauernd trocken, muss an das Sjögren-Syndrom gedacht werden, eine autoimmunologische Krankheit aus dem rheumatischen Formenkreis.