

MERKBLATT

INFLUENZA A(H1N1) – Neue Grippe

Heimquarantäne

7. August 2009

Sehr geehrte Patientin,
Sehr geehrter Patient,
Sehr geehrte Pflegepersonen,
Sehr geehrte Angehörige einer erkrankten Person!

Das vorliegende Merkblatt soll Sie über die Durchführung der Heimquarantäne und die dabei zu beachtende Vorgangsweise bei einer Influenza A(H1N1)-Erkrankung informieren. Bitte befolgen Sie die Empfehlungen Ihrer Ärztin/Ihres Arztes.

Was bedeutet Heimquarantäne?

Verbleiben in der eigenen Wohnung: Eine an Influenza A(H1N1) erkrankte Person soll auf ärztliche Anweisung die eigene Wohnung für sieben Tage möglichst nicht verlassen und Kontakte zu anderen Personen möglichst vermeiden. Es sollen keine Besuche empfangen werden. Damit wird vermieden, dass die Erkrankung an andere Personen übertragen wird.

Was ist der Zweck der Heimquarantäne?

Durch das Verbleiben der an Influenza A(H1N1) erkrankten Person in der eigenen Wohnung ist es möglich, andere Menschen vor Ansteckung zu schützen. Die Weiterverbreitung der Erkrankung wird dadurch eingeschränkt. Die Patientin/der Patient kann die Erkrankung bei einem komplikationslosen Verlauf, sofern es medizinisch gerechtfertigt und die Pflege in der eigenen Wohnung sichergestellt ist, im gewohnten Umfeld auskurieren.

Wie lange dauert die Heimquarantäne?

Wenn die Erkrankung entsprechend behandelt wird und die Patientin/der Patient die ärztlichen Ratschläge befolgt, so ist sie/er in der Regel nach sieben Tagen wieder gesund. Auch eine Ansteckung anderer Personen ist nach erfolgreicher Behandlung nicht mehr zu erwarten.

Welche Erkrankung liegt vor?

Influenza A(H1N1) ist eine Erkrankung, die der saisonalen, jährlich auftretenden Grippe ähnlich ist. Charakteristisch ist ein plötzlich beginnendes Krankheitsgefühl mit Fieber, Atemwegsbeschwerden, Husten, Muskel-Glieder-Kopfschmerzen sowie Halsschmerzen und Schnupfen. Auch Durchfall und Erbrechen können auftreten.

Können bei der Krankheit Komplikationen auftreten oder kann die Erkrankung einen schweren Verlauf nehmen?

Schwere Verläufe und das Auftreten von Komplikationen sind zwar selten, aber möglich. Sofern die Patientin/der Patient den Anweisungen der Ärztin/des Arztes folgt und sich schont, verläuft die Erkrankung in der Regel komplikationslos.

Wenn trotz ärztlicher Behandlung eine Komplikation oder eine Verschlechterung des Zustandes einer Patientin/eines Patienten auftritt, ist rasch telefonisch Kontakt mit der Ärztin/dem Arzt aufzunehmen und der Verdacht auf Ansteckung oder die Erkrankung mit Influenza A(H1N1) mitzuteilen, damit entsprechende Vorbereitungen wie ein Hausbesuch oder der Aufenthalt in einem gesonderten Warteraum getroffen werden können.

Bei der Fahrt zur Krankenanstalt bzw. zur Allgemeinmedizinerin/zum Allgemeinmediziner sind Massentransportmittel und Menschenansammlungen nach Möglichkeit zu meiden. Wenn eine Arztpraxis/eine Krankenanstalt aufgesucht wird, ist bereits bei der Anmeldung auf die mögliche Infektion hinzuweisen, um dem Personal die Möglichkeit zu geben, die Kontakte von erkrankten Personen zu anderen Patientinnen und Patienten möglichst zu vermeiden und eine rasche, gesonderte Behandlung einzuleiten. Nach Möglichkeit soll die Ärztin/der Arzt einen Hausbesuch machen.

Wie erfolgt die Übertragung?

Die bisherigen Erfahrungen mit Influenza A(H1N1) zeigen, dass die beobachteten Übertragungswege den bekannten Übertragungsmöglichkeiten der saisonalen Grippe

ähneln. Die Übertragung der Erkrankung erfolgt mittels Tröpfchen (Tröpfchen entstehen u.a. beim Husten, Niesen, Sprechen) und über Hände, die mit virushaltigem Sekret, beispielsweise bei mehrfachem Gebrauch von Taschentüchern, verunreinigt sind. Weiters kann die Übertragung auch über mit Influenzavirus verunreinigte Oberflächen (wie z.B.: Haltegriffe, Liftknöpfe, Türklinken, Handläufe, etc.), die u.a. von Händen berührt werden, erfolgen.

Wie kann man die Erkrankung behandeln?

Eine Behandlung mit Arzneimitteln aus der Gruppe der Neuraminidasehemmer ist möglich. Da es sich um Arzneimittel handelt, deren Anwendung im Einzelfall von der Ärztin/dem Arzt zu beurteilen ist, muss die Verordnung durch eine Ärztin oder einen Arzt erfolgen. Daneben können im Bedarfsfall zusätzliche Medikamente zur Anwendung kommen, welche die im Zuge der Erkrankung auftretenden Beschwerden lindern. Die Entscheidung, welches Medikament verwendet werden sollen, obliegt der Beurteilung der Ärztin/des Arztes. Dabei werden von der Ärztin/dem Arzt der Allgemeinzustand der Patientin/des Patienten und die Schwere der Erkrankung berücksichtigt. Die Gebrauchsinformation des verschriebenen Medikamentes ist zu beachten.

Wie kann ich meine Arzneimittel erhalten?

Krankenanstalten, die über eine Anstaltsapotheke verfügen, können Ihnen das erforderliche Arzneimittel unter Umständen sogleich und direkt mitgeben. Andernfalls erhalten Sie in der Krankenanstalt ein Rezept, das den Vermerk „Verdachtsfall Influenza A(H1N1)“ oder „Erkrankungsfall Influenza A(H1N1)“ trägt, und mit dem Sie oder eine Vertrauensperson in der Apotheke das Arzneimittel erhalten.

Bei einer Ärztin/einem Arzt in der Praxis ist ein Rezept durch diese/diesen auszustellen. Um die Chefarztgenehmigung hat sich in diesem Fall die behandelnde Ärztin/der behandelnde Arzt zu kümmern.

Wie erfolgt die Krankmeldung?

Wird der Infektionsverdacht mit Influenza A(H1N1) in einer Krankenanstalt festgestellt, so informiert die Krankenanstalt Ihren Krankenversicherungsträger von diesem Verdacht und der Anordnung einer Heimquarantäne. Damit sind Sie für einen Zeitraum von sieben Tagen krankgeschrieben.

Die Krankenanstalt informiert sofort nach Einlangen des Ergebnisses Ihres Rachenabstriches Ihre/Ihren zuständige/n Hausärztin/arzt, das zuständige Gesundheitsamt und auch Sie.

- Bestätigt sich der Verdacht auf Influenza A(H1N1) **nicht** und sind Sie auch frei von sonstigen Beschwerden, so kontaktieren Sie bitte Ihre Ärztin/Ihren Arzt zur weiteren Abklärung und allfälligen Beendigung des Krankenstandes.

Wird der Infektionsverdacht durch eine niedergelassene Vertragsärztin/einen niedergelassenen Vertragsarzt festgestellt, so erfolgt die Krankschreibung sowie die Anordnung der Heimquarantäne durch diese/diesen.

Was ist bei der Heimquarantäne zu beachten?

Die Wohnung soll jedenfalls nur in absoluten Notfällen und nur nach Rücksprache mit der behandelnden Ärztin/dem behandelnden Arzt von der erkrankten Person verlassen werden. Besuche sind grundsätzlich nicht zulässig beziehungsweise auf das ev. zur Versorgung notwendige Mindestmaß zu beschränken, da Ansteckungsgefahr besteht. Es gilt der Grundsatz, Kontakte zu anderen Personen möglichst zu vermeiden, um die Weitergabe der Erkrankung möglichst einzuschränken.

Schwangere, Säuglinge, Immunabwegeschwächte, chronisch kranke und alte Menschen sollten sich nicht in der Wohnung der erkrankten Person aufhalten bzw. den Kontakt mit der erkrankten Person vermeiden. Die anderen im Haushalt lebenden Personen sollten das Zimmer der erkrankten Person möglichst nicht betreten. Für die Pflege der erkrankten Person ist am Besten eine einzelne Person auszuwählen, um weitere Ansteckungen nach Möglichkeit zu vermeiden.

Wenn es die räumlichen Verhältnisse zulassen, sollte die/der Kranke in einem eigenen Zimmer versorgt werden. Die kranke Person sollte das Zimmer möglichst wenig verlassen und in diesem Raum auch die Mahlzeiten (getrennt von anderen Personen sowie mit eigenen Tellern und Besteck) einnehmen. Nach den Mahlzeiten sind die benutzten Gegenstände (Teller, Messer, Gabel, Löffel, etc.) rasch zu reinigen (Wasser und Spülmittel oder Geschirrspüler). Die Räume sind regelmäßig zu lüften und zu reinigen.

Sanitäranlagen sind nach der Benutzung zu reinigen. Wäsche ist regelmäßig zu wechseln und kann normal gewaschen werden. Es sind möglichst Einmaltaschentücher zu verwenden. Diese Taschentücher sind in dicht schließenden Plastiksäcken zu sammeln und gut verschlossen mit dem Hausmüll zu entsorgen.

Wie soll sich die erkrankte Person verhalten?

Die erkrankte Person soll den Ratschlägen der Ärztin/des Arztes folgen. Die von der Ärztin/dem Arzt verschriebenen Medikamente sollen unbedingt eingenommen werden. Die erkrankte Person soll viel Flüssigkeit trinken (Tee, Mineralwasser, Fruchtsäfte, ...). Alkoholische Getränke sollten vermieden werden. Die Patientin/der Patient soll sich schonen und keine anstrengenden körperlichen Tätigkeiten verrichten.

Mindestens dreimal täglich sowie bei Anzeichen eines Fieberanstieges soll die Körpertemperatur gemessen und bei hohem Fieber die Ärztin/der Arzt telefonisch kontaktiert werden. Regelmäßige Körperpflege und Wechsel der Wäsche sind wichtig. In Gegenwart anderer Personen soll die erkrankte Person möglichst nicht ungeschützt niesen oder husten (Vorhalten eines Papiertaschentuchs, das anschließend in gut schließendem Plastikbeutel entsorgt wird).

Andere Personen sollten von Erkrankten möglichst nicht berührt werden. Die Atemwege sind eventuell durch Schutzmasken bedeckt zu halten (diese sind bspw. in Apotheken, Fachgeschäften für Ärztebedarf oder Sanitätsbedarf und Drogeriemärkten erhältlich). Wenn Schutzmasken verwendet werden, sollten diese regelmäßig (nach zwei bis drei Stunden) gewechselt und nach einer einmaligen Verwendung (in einem gut schließenden Plastikbeutel) über den Hausmüll entsorgt werden. Weiters ist darauf zu achten, dass die Masken nicht durchfeuchtet getragen werden.

Zur Vermeidung von Schmierinfektionen sollen die Hände regelmäßig gründlich mit Wasser und Seife gewaschen bzw. desinfiziert werden, besonders dann, wenn nach dem Schnäuzen oder Husten Atemwegssekrete auf die Hände gelangt sind.

Was sollte die pflegende Person beachten?

Es empfiehlt sich, bei der häuslichen Pflege und Betreuung des/der Kranken bei engem Kontakt (Abstand unter einem Meter) eine Schutzmaske/einen dicht anliegenden Mund-Nasenschutz zu tragen (erhältlich in Fachgeschäften für Ärztebedarf oder Sanitätsbedarf) und eventuell Einmalhandschuhe anzulegen.

Körperpflege und Wechsel der Wäsche sind wichtige Punkte für erkrankte und pflegende Personen. Die gebrauchte Wäsche ist nach Möglichkeit nicht über längere Zeit zu lagern, sondern rasch zu waschen (wie normale Wäsche). Verwenden Sie für die erkrankte Person und für sich selbst jeweils eigenes Geschirr, Gläser und Besteck und reinigen Sie diese Gegenstände nach Gebrauch unverzüglich (Wasser und Spülmittel oder im Geschirrspüler).

Meiden Sie bei der Pflege der kranken Person direkte Berührungen der eigenen Augen, der Nase und des Mundes. Reinigen Sie nach jeder Berührung der erkrankten Person Ihre Hände mit Wasser und Seife oder verwenden Sie ein Händedesinfektionsmittel (laut Gebrauchsanweisung des jeweils angewendeten Händedesinfektionsmittels).

Messen Sie mindestens einmal täglich sowie bei Anzeichen eines Fieberanstieges die eigene Körpertemperatur. Regelmäßige Raumbelüftung und Flächendesinfektion (unmittelbare Umgebung der erkrankten Person; Gebrauchsanweisung des verwendeten Produktes beachten) sind vorzunehmen.

Reduzieren Sie ab dem Zeitpunkt der Aufnahme der Pflegetätigkeit möglichst sofort den Kontakt zu anderen, vor allem besonders krankheitsanfälligen und empfindlichen Menschen (das sind z.B. Schwangere, Säuglinge, pflegebedürftige Personen, solche mit geschwächter Abwehr, Ältere, chronisch Kranke und Kinder). Dies sollte auch noch ab dem letzten Kontakt zu einem Influenza A(H1N1)-Erkrankungsfall für die Dauer von sieben Tagen erfolgen. Damit wird die Möglichkeit einer Ansteckung anderer Menschen hintangehalten.

Bevor Sie die Wohnung der erkrankten Person verlassen, waschen oder desinfizieren Sie Ihre Hände.

Was tun, wenn die pflegende Person Anzeichen einer Krankheit entwickelt?

Wenn bei der pflegenden Person selbst grippeähnliche Symptome auftreten, ist telefonisch Kontakt mit einer Ärztin/einem Arzt aufzunehmen und der Verdacht auf Ansteckung mit Influenza A(H1N1) mitzuteilen. Bis zur Klärung der Situation sind Menschenansammlungen zu meiden. Bei der Fahrt zur Krankenanstalt bzw. zur Ärztin/zum Arzt sind Massentransportmittel und Menschenansammlungen nach Möglichkeit zu meiden. Wenn eine Arztpraxis/eine Krankenanstalt aufgesucht wird, ist bereits bei der Anmeldung auf die mögliche Infektion hinweisen, um dem Personal die Möglichkeit zu geben, eine rasche gesonderte Behandlung einzuleiten.

Wie ist die Versorgung der pflegenden und erkrankten Person zu organisieren?

Es wird angeregt, die allgemeinen Bevorratungsempfehlungen der Zivilschutzverbände für Lebensmittel und andere täglich verwendete Verbrauchsgüter zu berücksichtigen, um zu vermeiden, dass das Haus für Einkäufe verlassen werden muss. Natürlich sollten dabei die persönlichen Vorlieben der betroffenen Personen Berücksichtigung finden bzw. sollte an spezielle Diätanforderungen gedacht werden. Wenn die betroffenen Personen auf Grund ihres Gesundheitszustandes Medikamente einnehmen müssen, sind diese Medikamente gleichfalls in ausreichender Menge zu beschaffen. Eine ausreichende Menge an Hygieneartikeln ist jedenfalls sinnvoll. Desinfektionsmittel, Seife, Einmalhandschuhe,

Schutzmasken und Mund-Nasenschutz sind typische Verbrauchsmaterialien bei der Betreuung von Influenzapatienten.

An wen wendet man sich mit Fragen?

Wenn nach dem Lesen dieses Merkblattes weitere Fragen bestehen, wenden Sie sich bitte an Ihre Hausärztin/Ihren Hausarzt.

Für den Bundesminister:
Prof. Dr. Hubert Hrabcik
Generaldirektor für öffentliche Gesundheit