

Schützen Sie

SICH VOR DER GRIPPE

damit Sie sich weiter gut fühlen

GRIPPE MIT GRIPPEIMPfung⁽⁴⁾



Sie lassen sich gegen Grippe impfen.



Möglicherweise ist der Bereich um die Einstichstelle nach der Impfung etwas empfindlich oder Sie bekommen **leichtes Fieber** bzw. **Kopfschmerzen**, aber **Sie fühlen sich schon bald besser**.



Nach 14 Tagen ist Ihr **Körper optimal gerüstet** für den Kampf gegen die Grippe.

GRIPPE OHNE GRIPPEIMPfung^(4,5)

Das Virus gelangt in Ihre Atemwege.



Ihr Körper erinnert sich daran, wie man Grippe bekämpft, und wehrt das Virus schnell ab, **ohne dass Symptome auftreten**.

TAG **1**

Sie bekommen **plötzlich Fieber**. Weitere Symptome stellen sich ein: **Husten, Niesen, Halsschmerzen** oder **Schnupfen**.



Da das Virus unschädlich gemacht wurde, besteht kein **Risiko**, dass Sie **andere mit der Grippe anstecken**.

TAG **2**

Sie fühlen sich immer unwohler: Sie haben Fieber, Ihr ganzer Körper tut weh und Sie haben keinen Appetit. Sie müssen sich ausruhen.



TAG **3**

Fiebersenkende Medikamente senken unter Umständen Ihre Temperatur und lindern die Schmerzen. Sie haben wahrscheinlich keinen Appetit, **müssen aber viel trinken**.



TAG **4**



Es kann sein, dass Sie nicht **kräftig genug** sind, um aufzustehen und sich in der Wohnung zu bewegen.

TAG **5**

Wahrscheinlich sinkt Ihre **Temperatur**, Ihre Schmerzen gehen zurück, das Husten und Niesen **hört auf**.



TAG **6**

Falls Sie nach einer Woche immer noch im Bett liegen, verliert Ihr **Körper Muskelmasse**, wodurch Sie noch schwächer und weniger **mobil werden**.



TAG **7**



Bei Personen mit Herzproblemen besteht **einige Wochen nach der Grippeinfektion** ein erhöhtes Risiko für Herzinfarkte.

TAG **8**

Sie sind **möglicherweise wieder in der Lage**, das zu tun, was Sie normalerweise machen.



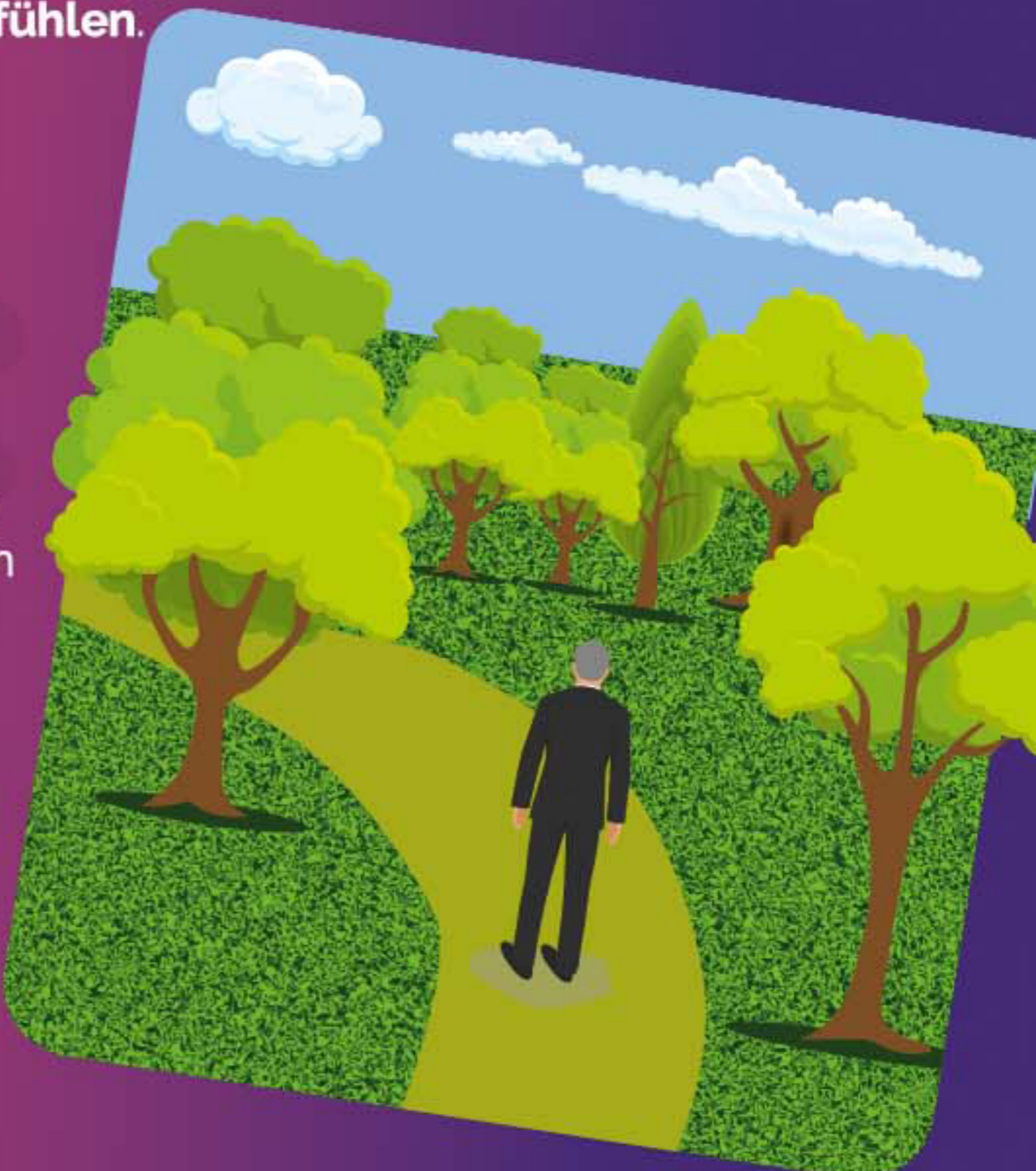
TAG **9**



Die kontinuierliche Müdigkeit kann zur Folge haben, dass Sie sich nach der Grippe **depressiv fühlen**.

TAG **10**

Sie sind zwar auf dem **Weg der Genesung**, müssen aber für etwa eine weitere Woche mit Müdigkeit rechnen – bei Vorerkrankungen unter Umständen sogar noch länger.



Sources:
<https://www.stiftung-gesundheitswissen.de/wissen/erkaeltung-oder-grippe/das-ist-der-unterschied>
<https://www.euro.who.int/de/health-topics/communicable-diseases/influenza/vaccination/influenza-vaccination-frequently-asked-questions#384264>
<https://www.netzdoktor.de/krankheiten/grippe/grippeimpfung/>
<https://www.apotheken-umschau.de/gesund-bleiben/vorsorge/fuer-wen-die-grippeimpfung-wichtig-ist-714049.html>
<https://www.netzdoktor.de/krankheiten/grippe/>