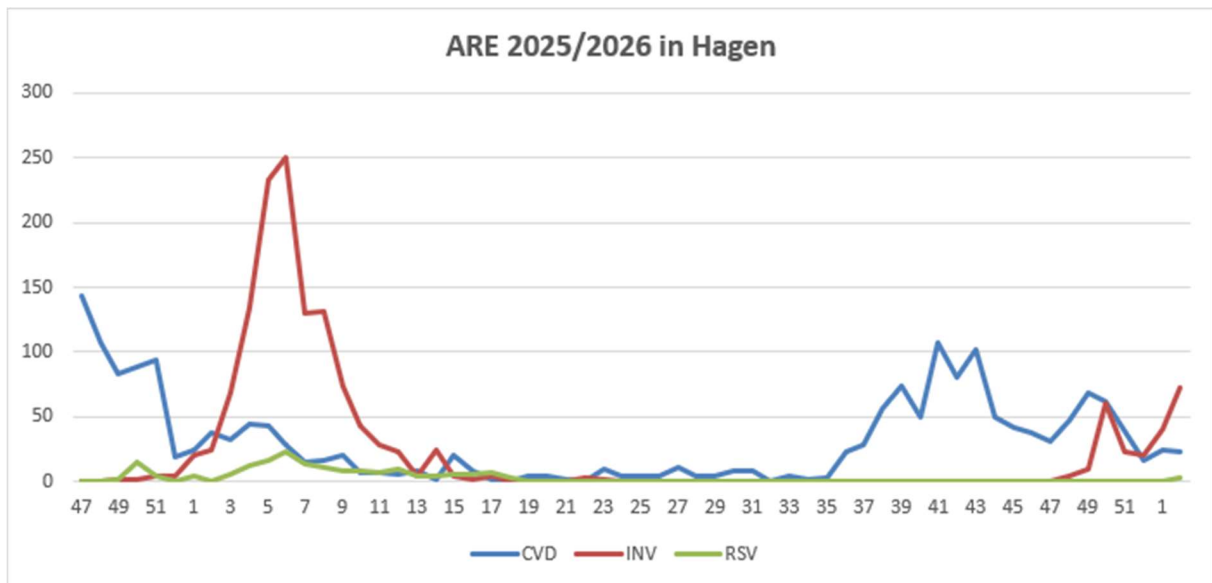


## **Aktuelle Grippesaison 2025/2026**

Auch in Hagen zeigen die Meldezahlen für Influenza einen deutlichen Anstieg.

In der aktuellen Grippe-Saison sind in Hagen bislang 245 Influenza-Meldungen eingegangen, darunter sind auch erste Todesfälle zu verzeichnen.

Die Grippe-Welle zeigt damit bislang zwar kein höheres Niveau als in der Vor-Saison (vgl. Grafik), sie ist wie prognostiziert aber 3 Wochen früher gestartet.



Dabei betreffen 41 % der Meldungen Kinder und Jugendliche.

Das ist gerade zu Beginn einer Grippe-Welle nicht ungewöhnlich und verschiebt sich in der Regel in deren Verlauf.

Auch die EU-Gesundheitsbehörde (ECDC) beschreibt das Phänomen, dass Kinder, die in ihrer Vorgeschichte bislang wenig Kontakt zu Grippeviren hatten, gleichzeitig aber in Settings mit viel Kontakt betreut werden, in der Regel zuerst betroffen seien, es aus Kindergärten und Schulen in die Familien trügen, von wo aus es in der Gesamtbevölkerung verteilt würde.

Neben der Schließung einiger Arztpraxen erklärt das ggf. auch den Einbruch der Meldezahlen im Zeitraum der Weihnachtsferien.

Die EU-Gesundheitsbehörde (ECDC) schätzt die Krankheitsschwere betreffend das individuelle Risiko einer durch die neue Variante A (H3N2) Subklade K ausgelösten Erkrankung als vergleichbar zur Vor-Saison ein.

Alle Grippeviren erhöhen neben akuten Komplikationen wie einer Pneumonie (Lungenentzündung) oder einer Myokarditis (Herzmuskelentzündung) auch das Risiko für einen Schlaganfall um das 8-fache und einer Herzinsuffizienz um das 4,4-fache.

Der Schutz vor einer Ansteckung nach der Gripeschutzimpfung scheint bei der kursierenden Variante zwar etwas verkürzt zu sein, ein Schutz vor schwerer Erkrankung werde aber dennoch selbst bei Impfung schon vor November/Dezember erwartet.

### **Daher die dringende Empfehlung des Gesundheitsamtes:**

1. Schließen Sie zeitnah bestehende Impflücken.  
Eine Gripeschutz-Impfung ist auch jetzt noch sinnvoll, jeder Tag Vorsprung des

Immunsystems vor einer möglichen Ansteckung ist wertvoll.

Das betrifft insbesondere Menschen im Alter über 60 Jahre, Vorerkrankte, BewohnerInnen in Alten- und Pflegeheimen und deren Angehörige sowie medizinisches Personal.

2. Schützen Sie sich selbst im Kontakt mit symptomatischen Personen oder in unübersichtlichen Situationen durch das Tragen einer Maske und achten Sie auf gute Händehygiene.
3. Führen Sie bei Fieber, Abgeschlagenheit, Erkältungssymptomen oder Kopf- und Gliederschmerzen eine Testung mit Hilfe eines Mehrfachtestes durch, der neben Influenza auch COVID-19 und RSV abdeckt.
4. Tragen Sie bei eigenen Symptomen zum Schutz Ihrer Umgebung ebenfalls Maske und verzichten Sie auf Besuche bei Risikopatienten.
5. Wenden Sie sich umgehend nach Diagnose an Ihren Hausarzt oder Ihre Hausärztin, um die Therapie-Indikation antiviraler Medikamente prüfen zu lassen. Diese sind besonders bei sehr frühem Einsatz effektiv.
6. Suchen Sie rasch ärztliche Hilfe bei Verschlechterung Ihres Zustandes oder eintretender Luftnot.

Stand 14.01.2026