

22. November 2009/ak

Liebe Eltern

Nachfolgend die Kurzinformationen zur Grippe A(H1N1) „Schweinegrippe“, der Erziehungsdirektion (ERZ) des Kantons Bern vom 13. November 2009.

Die Schulleitung

### **Empfehlungen der ERZ vom 13. November 2009 im Pandemiefall**

#### **Kurzinformationen zur Grippe A(H1N1)**

Die Grippe A(H1N1) oder „Schweinegrippe“ wird durch Viren verursacht. Viren verbreiten sich über Tröpfchen (z.B. durch Niesen, Husten, Sprechen) oder über verunreinigte Oberflächen von Mensch zu Mensch (z.B. Türklinken, Hände). Das Grippevirus A(H1N1) ist nach bisherigen Beobachtungen nicht aggressiver als ein Virus einer normalen saisonalen Grippe.

#### **Schutzmassnahmen für sich und andere**

Einfache Massnahmen helfen, Kinder, Jugendliche und Erwachsene vor der Krankheit zu schützen und die Ausbreitung zu reduzieren:

- **Regelmässiges gründliches Händewaschen mit Wasser und Seife**
- **Hände mit Wegwerfhandtüchern trocknen**
- **In Papiertaschentuch husten oder niesen**
- **Falls kein Taschentuch zur Verfügung steht, in die Armbeuge niesen oder husten**
- **Papiertaschentuch nach Gebrauch sorgfältig entsorgen und gründlich Hände waschen**
- **Regelmässiges Lüften der Räume**

#### **Zusätzliche Massnahmen nach Kontakt mit einer erkrankten Person**

- Kein Händeschütteln, Umarmen oder Küssen
- Nach Möglichkeit mindestens einen Meter Abstand zum Gesprächspartner halten
- Geschirr und Besteck nicht mit anderen Personen teilen

#### **Bei Erkrankung zuhause bleiben**

- Eine wichtige Schutzmassnahme ist, bei Krankheitssymptomen zuhause zu bleiben, damit die Gefahr einer Ansteckung von anderen vermindert wird.

#### **Wann muss ein Kind zuhause bleiben?**

Falls ein Kind Grippesymptome (hohes Fieber über 38 Grad, Unwohlsein, Muskelschmerzen, Husten, Halsweh, Kopfschmerzen) aufweist, soll es zu Hause gepflegt werden. **Die Rückkehr in die Schule darf frühestens einen Tag nach Abklingen der Symptome erfolgen.** Bei ungünstigem Krankheitsverlauf soll die Hausärztin oder der Hausarzt telefonisch kontaktiert werden. Zu vermeiden sind das Aufsuchen einer Notfallstation und die Abgabe von antiviralen Medikamenten ohne ärztliche Anordnung (z.B. Tamiflu). **Geschwister gehen weiterhin zur Schule, so lange sie gesund sind.**

#### **Schulschliessungen in Ausnahmefällen**

Die Schulleitungen können in Absprache mit der Schulkommission Klassen oder Schulen schliessen, wenn dies aus organisatorischen Gründen nötig ist (Krankheit von Lehrpersonen, zahlreiche Absenzen von Schülerinnen und Schülern). In beiden Fällen ist das zuständige Schulinspektorat zu informieren. Klassen- und Schulschliessungen haben grundsätzlich den Nachteil, dass sie in Familien mit erwerbstätigen Eltern zu Betreuungsproblemen führen können.

Weitere Informationen siehe unter:

<http://www.erz.be.ch/site/pandemie>, [www.pandemia.ch](http://www.pandemia.ch)

## Grippe-Pandemie: So kannst du dich schützen!

Du kannst durch einfache Massnahmen dazu beitragen, dich selbst und andere zu schützen.  
Weitere Infos findest du unter [www.pandemia.ch](http://www.pandemia.ch)



Hände waschen.  
Wasche dir mehrmals täglich gründlich die Hände mit Wasser und Seife.



In ein Papiertaschentuch husten oder niesen.  
Halte dir beim Husten oder Niesen ein Papiertaschentuch vor Mund und Nase.



Papiertaschentuch entsorgen.  
Entsorge das Papiertaschentuch nach Gebrauch in einem Abfalleimer und wasche dir danach gründlich die Hände mit Wasser und Seife.



In die Armbeuge husten oder niesen.  
Wenn du kein Taschentuch zur Verfügung hast, huste oder niese bitte in deine Armbeuge. Dies ist hygienischer als die Hände vor den Mund zu halten. Solltest du doch die Hände benutzen, wasche diese wenn möglich gleich danach gründlich mit Wasser und Seife.



Zu Hause bleiben,  
wenn mehrere der folgenden Symptome auftreten:

- Plötzliches Fieber über 38°
- Schüttelfrost, Kopf-, Muskel- und Gliederschmerzen
- Schnupfen, trockener Husten und Halsschmerzen
- Schwindelgefühl oder Atembeschwerden
- Bauchschmerzen, Durchfall oder Erbrechen