

## Vorwort

**Ja, was denn nun – tödliche Gefahr oder alles nur Panikmache?**

Schlagzeile der **BILD-Zeitung** vom 21.10. 2009:

**„Professor befürchtet in Deutschland 35.000 Tote“.**

Der **SPIEGEL** berichtet in seiner Ausgabe vom 19.10.2009 von einem:

**„Aufstand gegen die Grippe-Spritze“.**

Der **STERN** vermeldet in seiner Online-Ausgabe am 22.10.2009:

**„Ärzte wollen Politiker-Impfstoff für Kinder einsetzen“.**

Ebenfalls im **SPIEGEL** vom 19.10.2009 diese Aussage von Professor Wolf-Dieter Ludwig, Chefarzt am Helios Klinikum Buch und Vorsitzender der Arzneimittelkommission der deutschen Ärzteschaft:

**„Wir sind unglücklich über diese Impfkampagne. Die Gesundheitsbehörden sind auf eine Kampagne der Pharmakonzerne hereingefallen, die mit einer vermeintlichen Bedrohung schlichtweg Geld verdienen wollen.“**

Ja, was denn nun?

Monster-Pandemie oder doch nur Mega-Panikmache?

Und dies sind nur einige wenige willkürlich zusammengestellte Zitate aus großen deutschen Print-Medien.

Auch im Fernsehen kann man der Hysterie nicht entkommen. Wohl kein Sender, der diesem Thema in den letzten Wochen nicht mindestens eine Sondersendung gewidmet hat.

Allein das Wort „Schweinegrippe“ oder die Erwähnung des A/H1N1 Virus reicht derzeit offenbar schon aus, um eine Massen-Panik auszulösen, die Zeitungsauflagen zu steigern und die Einschaltquoten in die Höhe zu treiben.

Doch was daran ist Information und was Sensationsheischerei?

Die Folge ist: Viele Menschen verfügen jetzt zwar über eine Menge „Informationen“, aber informiert fühlen Sie sich nicht. Es bleibt so ein komisches, ungutes Gefühl, irgendwo zwischen Angst und Ärger. Angst darüber wie schlimm es wirklich kommen könnte und Ärger darüber wie dieses ernste Thema dazu genutzt wird um Emotionen zu schüren.

Es fehlt genau das, was jeder in dieser Situation wirklich braucht: Neutrale, objektive, verständliche Informationen.

Denn die Schweinegrippe ist keinesfalls das Ende der Menschheit und auch keine göttliche Plage, auch wenn die Medien es teilweise so darstellen und in einigen Ländern völlig überzogene Maßnahmen ergriffen werden, die eine Verbreitung verhindern sollen.

Bei der Schweinegrippe handelt es sich um eine Form der Grippe, die zwar einen schweren Verlauf nehmen kann, aber auf keinen Fall tödlich sein muss.

Jedes Jahr sterben an der normalen, der so genannten „saisonalen Grippe“, in Deutschland rund 11.000 Menschen. Wie viel Menschen sind bisher an der „weit gefährlicheren“ Schweinegrippe gestorben?

3! Sie lesen richtig. Ganze drei Todesfälle (Stand 25.10.2009) werden bis jetzt in Deutschland mit der Schweinegrippe in Zusammenhang gebracht. Aber diese Menschen hatten bereits vorher mehrere andere schwere Erkrankungen. So dass keiner sagen kann, ob die Schweinegrippe nun tatsächlich schuld ist am Tod dieser Menschen.

Alle anderen Infizierten erholten sich relativ schnell.

Irgendwie verwirrend das Ganze, oder? Es beschleicht einen so ein ungutes Gefühl.

- Was und wem kann man eigentlich noch glauben?
- Ist das alles nur Panikmache um Geld zu verdienen oder stehen wir tatsächlich vor einer großen Pandemie?
- Was ist gefährlicher: Das Schweinegrippen-Virus oder die Impfung davor?

Spätestens seitdem verkündet wurde, die Bundeskanzlerin bekäme einen Extra-Impfstoff, ist die Verunsicherung komplett.

- Impfen oder nicht impfen?
- Wenn ja, welchen Impfstoff und für wen?

Glaubt man aktuellen Umfragen, wollen sich mittlerweile bis zu 70% der Bevölkerung nicht mehr impfen lassen. Dies zeigt deutlich wie verunsichert die meisten Menschen im Moment sind.

### **Was man braucht sind objektive Informationen!**

Dafür wurde dieser Ratgeber geschrieben. Wir haben versucht die verfügbaren Informationen zu sammeln, zu ordnen und gleichzeitig im Hinblick auf die Interessen der Informierenden (Presse, Ärztevertreter, Pharmalobby, Politiker, etc.) zu werten.

Denn, um es ganz klar zu sagen:

- Zeitungen wollen in erster Linie ihre Auflagen steigern, haben also ein Interesse an spektakulären Meldungen („35.000 Tote“) und schüren deshalb eher die Panik, als dass sie beruhigen. Sachlichkeit macht keine Schlagzeilen. Genau wie im Fernsehen, da zählt einzig und allein die Einschaltquote.
- Pharmafirmen haben ein Interesse daran, ihre Impfstoffe zu verkaufen. Bisher ist es ihnen ja auch gut gelungen. Einige kritische Wissenschaftler sprechen von der Beschaffung der Impfstoffe durch den

Staat schon von einer „Abwrackprämie“ für die Pharma-Industrie. Es wäre doch nicht schlecht, wenn alle jetzt den neuen Impfstoff haben wollten. Da kann man doch noch ein zweites Mal Kasse machen! Der alte ist ja schon bezahlt und kann ja auch auf Steuerzahlerkosten wieder vernichtet werden.

- Auch Ärzte-Vertreter haben ein Interesse an einer Panik. Schließlich verdienen auch die Ärzte an der Impfkation.
- Krankenkassen haben ein Interesse an der Schweinegrippe, weil diese ihnen bei den aktuellen Verhandlungen über mehr Geld aus der Staatskasse im nächsten Jahr sehr gelegen kommt. Da geht es um so einige Milliarden. Wieder Steuergelder. Wer würde dies den Krankenkassen missgönnen, wenn diese uns so toll gegen die tödlichste Pandemie schützen. Und schließlich haben sie ja auch davon abgesehen, uns Bürger dafür zahlen zu lassen. Zumindest nicht direkt. Die Rechnung kommt dann im nächsten Jahr.
- Und Politiker haben an allen Aktionen Interesse, in denen sie sich als Retter in der Not präsentieren können. Im gerade beendeten Wahlkampf kam ihnen dies besonders gelegen. Und es wäre auch sehr peinlich, wenn sich am Ende herausstellen sollte, das der ganze Aufruhr, die tollen Retter-Interviews und Impfstoff-Beschaffungsaktionen eigentlich überflüssig, die Panik und die Kosten nicht gerechtfertigt waren und nur wieder sinnlos Steuergelder an irgendwelche Konzerne geflossen sind.

Aber haben Sie es bemerkt? Alle diese Interessen sind nicht Ihre Interessen!

Was Sie brauchen, sind neutrale und objektive Informationen, um selbst entscheiden zu können.

Deshalb ist dieser Ratgeber für Sie nicht nur nützlich, wenn Sie sich für oder gegen die Impfung entscheiden wollen, sondern zeigt Ihnen, wie Sie sich, geimpft oder nicht, am besten gegen alle Arten von Erkältung schützen. Vorbeugung ist ja bekanntermaßen die beste Medizin.

Dabei haben wir einen Schwerpunkt auf die Vorbeugung, nicht nur gegen die Schweinegrippe, sondern gegen alle Erkältungskrankheiten, gelegt, denn mit allen diesen Krankheiten infiziert man sich auf denselben Wegen. Auch ist es gut, die Unterschiede zwischen Erkältungen, saisonaler Grippe und Schweinegrippe zu kennen.

Das hilft im Ernstfall entweder Ruhe zu bewahren, wenn es doch nur eine harmlose Erkältung ist, oder schnell zu handeln, wenn alles für eine echte Grippe spricht.

Wir geben dabei keine Empfehlung ab, für oder gegen eine Maßnahme, denn wir glauben, dass Sie das als mündiger Bürger schon selbst tun können.

Voraussetzung dafür ist aber, wie schon gesagt, dass Sie auch wirklich objektive Informationen erhalten und nicht auf den ersten Blick „neutralen Informationen“ glauben, die aber doch, zumindest als gewünschten Nebeneffekt, das Ziel haben, Sie in irgendeiner Weise zu beeinflussen und in irgendeine Richtung zu lenken .

Jetzt werden einige einwenden: Diese Informationen erhält man überall kostenlos. Auf den ersten Blick richtig. Aber jeder, der Ihnen etwas kostenlos bietet, denkt sich was dabei.

Im besten Falle will er Ihnen nebenbei ein wenig Werbung nahebringen, wie auf den meisten Webseiten. Ist nichts gegen einzuwenden. Sie sollten es nur bedenken, wenn Sie solche Webseiten besuchen.

Ein Ziel ist es vielleicht Sie zu informieren. Ein anderes, für den Anbieter aber genau so wichtiges Ziel ist es, Sie zu bewegen, etwas Weiteres zu tun. Auf Werbung zu klicken. Ein Produkt zu kaufen. Oder einen Newsletter zu abonnieren.

Auch haben wir sehr viele, auf den ersten Blick absolut neutrale Webseiten mit Informationen, gerade zur Schweinegrippe, gefunden, die auf den ersten Blick absolut seriös aussahen. Wo sich aber bei genauerem Hinsehen herausstellte, dass diese Seite von Instituten oder Interessengruppen entweder betrieben oder gesponsert wurde, deren Interessen nicht unbedingt ihre Interessen sind (siehe oben).

Die bereitgestellten Informationen hatten immer das Ziel, die Meinung der Leser in eine, nämlich die vom Auftraggeber gewünschte, Richtung zu beeinflussen.

Auch viele „Gesundheits-Experten“, die in diesen Tagen durch die alle Medien schwirren, stellen sich bei genauerem Hinsehen als nicht sonderlich unabhängig oder neutral heraus. Wenn man einmal recherchiert, für wen sie denn so tätig sind, wenn sie mal gerade kein Interview geben.

Wenn man erfährt, dass diese „Experten“ hauptberuflich einer Tätigkeit als Angestellte oder Mitglieder irgendwelcher von der Pharmaindustrie finanzierter Institute, Forschungseinrichtungen oder Kommissionen nachgehen. Dabei fällt einem dann unwillkürlich der Spruch ein: „Wes Brot ich ess, des Lied ich sing!“

## 1 Einleitung

Die ersten Symptome aller Erkältungskrankheiten sind sehr ähnlich. Auch kann eine schwere Erkältung sich manchmal so anfühlen wie eine Grippe, eine saisonale Grippe wie die Schweinegrippe oder umgekehrt. Eine eindeutige, zweifelsfreie Diagnose ist deshalb immer erst im Labor möglich.

Dieses E-Book soll dazu beitragen, Sie umfassend zu informieren, alle vorhandenen Irrtümer aus dem Weg zu räumen und detaillierte Informationen zur Diagnose liefern, da nicht jeder Kontakt mit anderen Menschen oder ein kleiner Schnupfen bereits gefährlich für den Körper ist und als Symptom eines Schweinegrippefalls eingestuft werden muss.

Wir erklären Ihnen die verschiedenen zurzeit diskutierten Impfstoffe, deren Wirkungen und Nebenwirkungen und sagen Ihnen, für welche Personengruppen eine Impfung empfohlen wird und wer besser darauf verzichten sollte. Die Entscheidung nehmen wir Ihnen aber nicht ab, denn die sollte jeder für sich treffen, das aber gut informiert.

Gleichzeitig zeigen wir Ihnen, wie Sie allen Erkältungskrankheiten, somit auch der Schweinegrippe, wirksam vorbeugen, denn Vorbeugung ist immer noch der beste Schutz.

**Dieses Buch ist KEIN medizinischer Ratgeber und soll und kann im Ernstfall auch nicht den Besuch beim Arzt ersetzen!**

Der Zweck dieses Buches ist, Sie so umfassend und objektiv wie möglich zu informieren, damit Sie ruhig und gelassen wirksam vorbeugen, richtig handeln und eigene Entscheidungen treffen können, ohne in die allgemeine Panik zu verfallen.