

Die Grippesaison hat begonnen!

Die Grippesaison hat begonnen und damit ist es sinnvoll, sich Gedanken über einen guten Schutz vor Infektionen zu machen.

Einfache Hygienemaßnahmen können dazu beitragen, sich selbst und andere zu schützen. Dazu gehören regelmäßiges Händewaschen, Abstandhalten, regelmäßiges Lüften, Husten und Niesen in die Armbeuge sowie das Vermeiden enger Kontakte.

Auch Impfungen sind eine wichtige Maßnahme, um die körpereigene Abwehr zu unterstützen und das Risiko eines schweren Krankheitsverlaufs zu verringern. Die Ständige Impfkommission (**STIKO**) empfiehlt insbesondere Menschen mit Lungenerkrankungen, sich rechtzeitig gegen die saisonale Grippe und COVID-19 impfen zu lassen.

Informationen zu Grippeimpfungen für Menschen mit Lungenerkrankungen findet man u.a. im Robert-Koch-Institut (RKI) und auf der Website der Deutschen Atemwegsliga. Die Stadt München hat die Kampagne „München impft“ gestartet. Dazu stehen Informationsmaterialien unter www.muenchen-impft.de für alle Interessierten zur Verfügung.