



GRIPPE-IMPfung: Fragen und Antworten

Für wen wird die Impfung gegen die saisonale Grippe empfohlen?

Die Ständige Impfkommission (STIKO) empfiehlt die Impfung gegen Grippe insbesondere allen Menschen, die bei einer Grippe ein erhöhtes Risiko für schwere Verläufe haben. Zu diesen **Risikogruppen** zählen:

- Menschen, die über 60 Jahre alt sind
- Kinder, Jugendliche und Erwachsene mit erhöhter gesundheitlicher Gefährdung durch ein Grundleiden (wie z.B. chronische Krankheiten der Atmungsorgane, Herz- oder Kreislaufkrankheiten, Leber- oder Nierenkrankheiten, Diabetes oder andere Stoffwechselkrankheiten, chronische neurologische Krankheiten wie Multiple Sklerose)
- Menschen mit angeborenen oder erworbenen Immundefekten oder HIV-Infektion
- Bewohner von Alten- und Pflegeheimen
- Schwangere (seit Juli 2010 empfohlen)
- Außerdem sollten sich alle Personen schützen, die durch Kontakt zu vielen Personen ein erhöhtes Ansteckungsrisiko haben oder die gefährdete Personen in ihrem nahen Umfeld anstecken könnten: medizinisches Personal, Personal in Pflegeeinrichtungen und Personal in Einrichtungen mit viel Publikumsverkehr (z.B. Busfahrer, Lehrer)

Eine Impfung wird darüber hinaus auch Personen mit direktem Kontakt zu Geflügel und Wildvögeln empfohlen. Dadurch soll verhindert werden, dass sich die Erreger der „Vogelgrippe“ mit im Menschen zirkulierenden Grippe-Viren mischen.

Wann ist der richtige Zeitpunkt für die Grippe-Impfung?

Die Impfung gegen Grippe sollte jedes Jahr möglichst vor Beginn der Grippe-welle - vorzugsweise im Oktober oder November - durchgeführt werden. Auch eine spätere Impfung ist meist noch sinnvoll. Insbesondere, wenn die Grippe-welle noch nicht eingesetzt oder gerade erst begonnen hat. Lassen Sie sich dann baldmöglichst durch Ihre Ärztin oder Ihren Arzt dazu beraten.

Nach der Impfung dauert es ca. 14 Tage bis der Körper einen ausreichenden Schutz vor einer Ansteckung aufgebaut hat. Die Impfung schützt in aller Regel über die gesamte Grippesaison, die meist im Januar/Februar – manchmal aber bereits auch früher - beginnt.

Warum wird die saisonale Grippe-Impfung seit 2010 auch für Schwangere empfohlen?

Durch verschiedene körperliche Veränderungen, die während einer Schwangerschaft ablaufen, können sich Schwangere leichter mit bestimmten Erregern anstecken und sie tragen ein höheres Risiko für schwere Krankheitsverläufe.

Bei der Impfung von Schwangeren spielt zudem auch die Überlegung eine Rolle, Neugeborene, die selbst noch nicht gegen Grippe geimpft werden können, vor einer Ansteckung durch die Mutter zu schützen. Darüber hinaus können Neugeborene von der Impfung ihrer Mütter auch dadurch profitieren, dass über die Plazenta (Mutterkuchen) Abwehrstoffe, sogenannte Antikörper, von der Mutter an das Kind weitergegeben werden, die dem Neugeborenen einen gewissen Schutz in den ersten Monaten nach der Geburt verleihen.

Da es sich bei den in Deutschland zugelassenen Grippe-Impfstoffen um so genannte Totimpfstoffe handelt, ist eine Impfung grundsätzlich in jedem Stadium der Schwangerschaft möglich. Für gesunde Schwangere empfiehlt die STIKO die Impfung ab dem 2. Schwangerschaftsdrittel. Frauen, bei denen aufgrund einer chronischen Grundkrankheit eine Empfehlung zur Grippe-Impfung besteht, sollten direkt zu Beginn der Impfsaison im Herbst geimpft werden. Bei ihnen wird eine Impfung bereits ab dem 1. Schwangerschaftsdrittel empfohlen.

Kann man auf die Impfung verzichten, wenn man letzte Saison geimpft wurde oder eine Grippe hatte?

Da die Grippeviren sich leicht verändern können, muss der Impfstoff an die jeweils aktuell zirkulierenden Influenza-Stämme angepasst werden. Zudem wissen nur die wenigsten genau, an welchem Influenza-Stamm sie erkrankt waren. Darüber hinaus gibt es Hinweise für einen besseren Impfschutz bei regelmäßiger Impfung. Die Impfung schützt gegen die drei Grippevirus-Varianten von denen erwartet wird, dass sie vor allem verbreitet sein werden.

Daher sollten sich alle Personen, für die eine saisonale Grippe-Impfung empfohlen wird, mit dem trivalenten Grippe-Impfstoff für die aktuelle Saison impfen lassen.

Kann die Impfung eine Grippe-Erkrankung auslösen?

Nein. Eine Grippe-Impfung enthält keine vermehrungsfähigen Erreger und kann daher keine Grippe-Erkrankung hervorrufen. Die fälschliche Annahme, die Impfung könne auch die Erkrankung auslösen, beruht auf zwei Umständen: Zum einen wird in der Erkältungssaison geimpft, so kann es passieren, dass Geimpfte zufällig zeitgleich eine Erkältung bekommen und die Impfung dafür verantwortlich halten. Zum anderen können nach der Impfung Allgemeinsymptome wie beispielsweise Frösteln, Müdigkeit, Übelkeit oder Muskelschmerzen auftreten. Solche Impfreaktionen klingen in der Regel nach ein bis drei Tagen wieder ab.

Wie wird die Grippe übertragen?

Die Grippe (Influenza) wird durch Viren verursacht, die auf zwei Wegen von Mensch zu Mensch übertragen werden. Zum einen über Tröpfcheninfektion: beim Husten oder Niesen gelangen kleinste Tropfen in die Luft und auf umgebende Flächen. Diese werden eingeatmet oder können später über die Hände durch unbewusstes Berühren des Mundes bzw. anderer Schleimhäute aufgenommen werden. Diesen zweiten Übertragungsweg nennt man auch Schmierinfektion. Die Übertragung kann ebenfalls auf diesem Weg erfolgen, wenn wir in die Hand husten oder niesen oder uns die Nase putzen. Auf Oberflächen überlebt das Virus allerdings in der Regel nicht sehr lange. Außer wenn es sehr kalt und feucht ist - bei Temperaturen nahe dem Gefrierpunkt ggf. mehrere Wochen.

Was ist eine Grippe, was ist ein grippaler Infekt?

Umgangssprachlich wird häufig der Begriff Grippe auch für so genannte grippale Infekte (Erkältung) verwendet. Obwohl sich die Symptome ähneln können, unterscheiden sich Verlauf und Schwere der Erkrankung jedoch deutlich.

Charakteristisch für die echte Grippe (Influenza) ist ein plötzlicher Krankheitsbeginn mit Fieber und typischen Symptomen wie Halsschmerzen, trockenem Husten und heftigen Kopf-, Muskel- und/oder Gliederschmerzen. Schwere, teilweise lebensbedrohliche Komplikationen einer Grippeerkrankung, z.B. eine Lungenentzündung, stellen vor allem für Personen mit Grunderkrankungen und Ältere ein hohes Risiko dar.

Weitere Informationen

Weitere Informationen zur Grippe-Impfung finden Sie auf folgender Internetseite der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA):

www.impfen-info.de

Dort können Sie auch die Informationsflyer „**Wir kommen der Grippe zuvor**“, die gemeinsam mit dem Robert Koch-Institut herausgegeben werden, bestellen bzw. herunterladen (PDF). Alle **Faltblätter** sind in **Deutsch, Türkisch und Russisch** erhältlich