

BERATUNG AKTUELL

DIE SCHNELLE INFORMATION AUS DER APOTHEKE



Stempel der Apotheke

Gegen Grippe impfen – am besten jetzt

Alle Jahre wieder ... lohnt es für viele Menschen, sich gegen Grippe impfen zu lassen. Möglichst bis Ende Oktober sollte man sich impfen lassen. Doch auch später nutzt die Impfung noch. Lesen Sie hier die Antworten auf häufig gestellte Fragen.

Gehöre ich zu den Menschen, die sich gegen Grippe impfen lassen sollten?

Sie gehören dazu, wenn **einer** der nachfolgenden Punkte auf Sie zutrifft:

Sie

- sind über 60 Jahre alt,
- leiden an einer chronischen Krankheit,
- haben einen Immundefekt,
- haben beruflich mit vielen Menschen Kontakt,
- arbeiten in einem medizinischen oder pflegerischen Beruf,
- leben in einem Alters- oder Pflegeheim,
- sind schwanger,
- leben mit einer Person der zuvor genannten Risikogruppen in einem gemeinsamen Haushalt.

Was bringt mir die Impfung?

Neben dem akuten Vorteil, nicht oder nur leicht an Grippe zu erkranken und damit auch deren immer wieder tödlichen Komplikationen zu entgehen, schützt die Impfung auch vor Herz-Kreislauf-Ereignissen wie Schlaganfall und Herzinfarkt. Das haben Wissenschaftler in jüngerer Zeit herausgefunden.

Warum muss ich mich jedes Jahr impfen lassen?

Die Grippeimpfung schützt nur wenige Monate. Zu Beginn der neuen »Grippesaison« muss deshalb erneut geimpft werden. Dabei sind Grippeviren Verwandlungskünstler und verändern sich mitunter von Jahr zu Jahr. Deshalb muss der Impfstoff gegenüber dem Vorjahr meist verändert werden.

Unterscheidet sich der Impfstoff dieses Jahr von demjenigen der Saison 2015/16?

Auch in diesem Jahr empfiehlt die WHO eine von der letzten Saison abweichende Zusammensetzung der Impfstoffe. Es existieren Impfstoffe, die drei Erreger enthalten (trivalent) und solche mit vier Erregern (tetraivalent). Die Ständige Impfkommission (STIKO) des Robert Koch Instituts (RKI) empfiehlt keinen Impfstoff bevorzugt.

Kann die Grippeimpfung Grippe hervorrufen?

Nein, das kann sie nicht. Wohl aber treten bei manchen Menschen lokale Reaktionen an der Einspritzstelle auf beziehungsweise ein Schmerz, der sich wie Muskelkater an-

fühlt, in dem Arm, in den gespritzt wurde. Diese Beschwerden vergehen jedoch schnell. Man kann sich nach einer Impfung auch zwei bis drei Tage leicht krank fühlen, wie bei einem milden Infekt. Diese Symptome klingen in aller Regel nach einem bis zwei Tagen wieder ab.

Warum werden dann einige Menschen nach der Impfung krank?

Sie haben sich wahrscheinlich bereits kurz vor der Impfung mit Erkältungsviren angesteckt, so dass Impfung und Ausbruch der Erkältung zufällig zusammenfallen. Häufig wird der grippale Infekt dann als Folge der Grippeimpfung interpretiert. Dabei liegt die Wahrscheinlichkeit für ein gleichzeitiges, zufälliges Zusammentreffen von Impfung und grippalem Infekt im Herbst schlicht recht hoch.

Schützt die Grippeimpfung zu 100 Prozent vor der echten Grippe?

Nein, das ist leider nicht immer gegeben. Stimmen Impfstoff und grassierende Erreger sehr gut überein, liegt die Schutzwirkung bei jungen Erwachsenen bei 80 Prozent. Ältere Menschen können ihr Grippeerisiko durch die Impfung halbieren. In der Regel verläuft die Grippe mit einer Impfung jedoch milder, und schwerwiegende Komplikationen bleiben meist aus.

Darf man sich impfen lassen, während man einen Infekt hat?

Hierzu weiß das RKI: Ein leichter Infekt mit Fieber unter 38,5 Grad Celsius stellt in der Regel keine Kontraindikation für eine Grippeimpfung dar. Wer akut schwer erkrankt ist, sollte die Impfung verschieben. Das gilt auch bei Fieber über 38,5 Grad Celsius.

Was kann ich sonst noch gegen eine mögliche Ansteckung tun?

Um das alltägliche Ansteckungsrisiko zu senken, helfen neben der Grippeimpfung auch ganz einfache Verhaltenstipps:

- Regelmäßiges Händewaschen – vor allem vor dem Zubereiten von Speisen, vor dem Essen, nach dem Toilettengang oder wenn Sie nach Hause kommen
- Nicht in die Hand husten sondern in die Armbeuge
- Krankheit wenn möglich zuhause auskurieren, um schnell wieder fit zu werden und das Ansteckungsrisiko für die Mitmenschen so gering wie möglich zu halten
- Regelmäßig lüften – sowohl zu Hause als auch im Büro