



INDIVIDUELL + PRAXISNAH

Allgemeine Informationen zur Gripeschutzimpfung Saison 2020/2021

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 Grippeinfektion 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, die während der Influenzasaison schwanger sind
- Außerdem sollten sich alle Personen schützen, die durch Kontakt zu vielen Personen ein erhöhtes Ansteckungsrisiko haben oder die gefährdete Person 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 Viren mischen.

Wer darf nicht gegen Grippe geimpft werden?

Wer an einer fieberhaften Erkrankung (Körpertemperatur $\geq 38,5^{\circ}\text{C}$) oder einer akuten Infektion leidet, sollte bis zur Genesung zunächst nicht geimpft werden. Die Impfung sollte dann zum frühestmöglichen Zeitpunkt nachgeholt werden. Personen, bei denen eine Allergie gegen Bestandteile des Impfstoffs wie z. B. Hühnereiweiß vorliegt, sollten mit den üblichen Impfstoffen nicht geimpft werden, weil produktionsbedingt diese Spuren von Hühnereiweiß enthalten. Für die Saison 2015/2016 gab es jedoch einen hühnereiweißfreien Impfstoff, der in



INDIVIDUELL + PRAXISNAH

Zellkulturen hergestellt wird und für Allergiker geeignet ist. Wenn es darüber Informationen für die Saison 2020/2021 werden sie informiert. Für den Influenza- Lebendimpfstoff (Nasenspray), der für Kinder und Jugendliche zugelassen ist, gibt es einzelne Anwendungseinschränkungen. So sollte z. B. bei einer Immunschwäche, schwerem Asthma oder Salicylat-Therapie nicht mit dem Lebendimpfstoff geimpft werden. Bitte erkundigen Sie sich bei Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt.

Wann ist der richtige Zeitpunkt für die Grippeimpfung?

Die Impfung gegen Grippe sollte jedes Jahr, vorzugsweise im Oktober oder November, durchgeführt werden. Nach der Impfung dauert es ca. 10 bis 14 Tage, bis der Körper einen ausreichenden Schutz vor einer Ansteckung aufgebaut hat.

Am besten ist es daher, sich möglichst vor Beginn der Grippewelle impfen zu lassen. Die Impfung schützt in aller Regel über die gesamte Grippesaison.

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 jährlich an die jeweils aktuell zirkulierenden Influenza-Stämme angepasst werden. Zudem lässt der Impfschutz nach, je länger die Impfung zurückliegt, so dass viele nach einem Jahr wahrscheinlich nicht mehr ausreichend geschützt waren. Und: Wer eine Grippe hatte, weiß oft nicht, welcher Influenza- Typ hierfür verantwortlich war. Die Impfung schützt gegen die vier Grippevirus-Varianten von denen erwartet wird, dass sie vor allem verbreitet sein werden. Daher sollten sich alle Personen, für die eine saisonale Grippeimpfung empfohlen wird, mit dem Grippeimpfstoff für die aktuelle Saison impfen lassen.

Warum wird die saisonale Grippeimpfung seit 2010 auch für Schwangere empfohlen?

Durch verschiedene körperliche Veränderungen, die während einer Schwangerschaft ablaufen, können sich Schwangere leichter mit bestimmten Erregern anstecken. Zudem tragen sie ein höheres Risiko für schwere Krankheitsverläufe. In den USA beispielsweise wird Schwangeren die Impfung bereits seit vielen Jahren empfohlen. In Deutschland wurde das Risiko bis zu den Erfahrungen mit der »Schweinegrippe« anders beurteilt. Aufgrund neuer Daten empfiehlt seit Juli 2010 die Ständige Impfkommission (STIKO) die saisonale Grippeimpfung für alle Frauen, die im Herbst und Winter schwanger sind. Bei der Impfung von Schwangeren spielt zudem 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 Mutter auch dadurch profitieren, dass über die Plazenta (Mutterkuchen) Abwehrstoffe, so genannte Antikörper, von



INDIVIDUELL + PRAXISNAH

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 Grippeimpfstoffen für Erwachsene 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 Grippeimpfung besteht, sollten direkt zu Beginn der Impfsaison im Herbst geimpft werden. Bei ihnen wird eine Impfung bereits ab dem 1. Schwangerschaftsdrittel empfohlen.

Warum sollte sich medizinisches Personal gegen Grippe impfen lassen?

Die Impfung des medizinischen Personals dient nicht nur dem persönlichen Schutz, sondern auch dem Schutz der Patienten. Medizinisches Personal begegnet täglich vielen Menschen und hat zudem direkten Kontakt zu grippekranken Personen. Daher hat diese Berufsgruppe ein erhöhtes Risiko, selbst an einer Grippe zu erkranken. Gleichzeitig besteht die Gefahr, dass das medizinische Personal seinerseits Patienten ansteckt. Viele Patienten haben aufgrund ihres fortgeschrittenen Alters und/oder einer bestehenden Grunderkrankung ein erhöhtes Risiko, eine schwere Verlaufsform der Grippe zu entwickeln.

Wie sicher sind Impfstoffe gegen die saisonale Grippe?

Die Grippeimpfung ist gut verträglich. Gelegentlich kann es nach der Impfung durch die Anregung der körpereigenen Abwehr zu einer Rötung oder Schwellung an der Einstichstelle kommen, die auch schmerzen kann. Ebenso können in den ersten drei Tagen nach der Impfung Allgemeinsymptome wie beispielsweise Frösteln, Müdigkeit, Übelkeit oder Muskelschmerzen auftreten. Auch ein allgemeines Krankheitsgefühl, Fieber, Appetitlosigkeit sowie Kopf- und Muskelschmerzen sind häufig. Solche Impfreaktionen klingen in der Regel nach ein bis zwei Tagen wieder ab. Schwere Nebenwirkungen wie allergische Reaktionen sind bei allen Impfstoffen sehr selten. Bei einer schweren Allergie gegen Hühnereiweiß darf jedoch nicht mit allen Grippeimpfstoffen geimpft werden.

Warum ein Vierfachimpfstoff zur Impfung gegen saisonale Grippe?

Die Ständige Impfkommission (STIKO) empfiehlt die jährliche Grippeimpfung mit einem Impfstoff mit aktueller, von der Weltgesundheitsorganisation (WHO) empfohlener Zusammensetzung. Dazu stehen in Deutschland verschiedene Impfstoffe zur Verfügung. Diese unterscheiden sich z.B. hinsichtlich Zielgruppe, Art der Verabreichung, aber auch in Bezug auf die Anzahl der enthaltenen Virusvarianten. Vierfach-Impfstoffe beinhalten Antigene von zwei A-Varianten (derzeit sind das A/H1N1 und A/H3N2) und zwei B-Varianten. Während einer Grippe-saison zirkulieren üblicherweise mehrere verschiedene Grippevirus-Varianten. Aufgrund von ständigen Veränderungen der Grippeviren muss die Zusammensetzung der Impfstoffe daher auch jedes Jahr neu festgelegt



INDIVIDUELL + PRAXISNAH

werden. Dabei werden diejenigen Virusvarianten berücksichtigt, die für die Mehrzahl der Grippeerkrankungen in der vergangenen Saison verantwortlich waren. Eine genaue Vorhersage darüber, welche Grippevirus-Varianten in welchem Verhältnis zueinander auftreten, ist jedoch nicht möglich. Die Anwendung eines Vierfach-Impfstoffs gegen Grippe wird von der STIKO ausdrücklich empfohlen. Aufgrund der unzureichenden Wirksamkeit des Dreifachimpfstoffes werden in diesem Jahr nur noch Vierfachimpfstoffe eingesetzt.

Kann die Impfung eine Grippeerkrankung auslösen?

In der Regel nicht. Die übliche jährliche Grippeimpfung enthält keine vermehrungsfähigen Erreger und kann daher keine Grippeerkrankung 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 machen. 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.

Wovon hängt die Wirksamkeit der Grippeimpfung ab?

Kein Impfstoff bietet einen 100% zuverlässigen Schutz. Die Schutzwirkung (Effektivität) der Grippeimpfung hängt von verschiedenen Faktoren ab. Die Zusammensetzung des Impfstoffes wird jährlich aktualisiert. Es ist trotzdem möglich, dass die in der folgenden Saison hauptsächlich auftretenden Grippeviren nicht gut mit den im Impfstoff enthaltenen Virusstämmen übereinstimmen.

Bei einer guten Übereinstimmung der zirkulierenden Grippeviren mit dem Impfstoff wurde bei jungen Erwachsenen eine Schutzwirkung bis zu 80% beobachtet. Ältere Menschen haben oft eine eingeschränkte Immunantwort, so dass die Impfung bei ihnen weniger zuverlässig wirkt. Dennoch können auch ältere Menschen ihr persönliches Risiko, an Grippe zu erkranken, durch die Impfung in etwa halbieren. Dies bedeutet: Wenn im Laufe einer Grippesaison von 100 ungeimpften älteren Erwachsenen 10 an Grippe erkranken, so erkranken von 100 geimpften Erwachsenen statt 10 nur etwa 4 bis 6. Auch Grunderkrankungen, die mit einer Schwächung des Immunsystems einhergehen, sowie die Einnahme bestimmter Medikamente, die das Immunsystem unterdrücken, können die Schutzwirkung der Impfung vermindern. Letztlich profitieren Geimpfte selbst bei einer schwachen Schutzwirkung einer Impfung durch einen guten Schutz vor einer schweren Grippeerkrankung, die eine Krankenhausbehandlung erfordern würde. So kann zum Beispiel trotz eines nur mäßigen Schutzes gegen Grippe insgesamt dennoch ein guter Schutz gegen eine schwere Erkrankung bestehen, die ansonsten eine Krankenhausbehandlung erfordern würde.