

Saisonale Influenza-Impfung

Was versteht man unter „Saisonalen Influenza“?

Die saisonale Influenza („echte“ Grippe oder Virusgrippe) ist eine akute Viruserkrankung, die durch Tröpfcheninfektion z. B. beim Niesen oder Husten übertragen wird. Aber auch durch direkten Kontakt, z. B. über die Hände, können die Viren weiterverbreitet werden.

In Deutschland versterben jedes Jahr in einer normalen Grippesaison mehrere tausend Menschen an den direkten und indirekten Folgen einer Influenza-Erkrankung. Viele Patienten leiden an schweren Komplikationen wie Lungenentzündung, Herzmuskelentzündung oder Herz-Kreislaufstörungen.

Bereits 1-3 Tage nach Ansteckung, in denen man sich selbst noch gesund fühlt, ist man schon ansteckend für andere.

Durch eine Impfung kann die Virusvermehrung im Körper, die Erkrankung und die Weiterverbreitung der Viren effektiv verhindert werden.

Wieso benötigt man jedes Jahr eine Influenza-Impfung?

Die Influenzaviren neigen zu ständigen Veränderungen und zur Ausbildung von neuen Virusvarianten. Deswegen hinterlässt eine einmal durchgemachte Erkrankung zwar eine lebenslange Immunität, aber sie schützt nur vor dieser Variante oder diesem Virusstamm. Dies bedeutet, dass man immer wieder an Influenza erkranken kann und die Impfung zum Schutz vor diesen neuen Virusvarianten jedes Jahr erneut vorgenommen werden muss.

Die Impfung erfolgt in der Regel einmalig. Der beste Zeitpunkt für eine Impfung ist Oktober bis November.

Wie ist der Impfstoff zusammengesetzt?

Der saisonale Influenzaimpfstoff enthält Oberflächenbestandteile von *drei* Virusvarianten (jeweils zwei Influenza A- und eine Influenza B-Variante), die für die kommende Saison erwartet werden. Man spricht von einem sog. „*trivalentem Impfstoff*“.

Je nach Altersstufe stehen verschiedene Impfstoffe zur Verfügung:

Für Personen ≤ 59 Jahren werden *inaktivierte trivalente Impfstoffe* empfohlen.

Für Personen ≥ 60 Jahren werden *inaktivierte trivalente Hochdosis-impfstoffe* oder *adjuvantierte trivalente Impfstoffe* empfohlen. Sie enthalten im Vergleich zu den Standardimpfstoffen eine höhere Konzentration des Impfstoffantigens oder einen Wirkungsverstärker.

Wie ist die Wirksamkeit der Impfung?

Die Wirksamkeit der Impfung ist altersabhängig. Bei jungen Personen geht man von einer etwa 80%igen Wirksamkeit aus, bei geschwächten oder älteren Personen kann die Wirksamkeit deutlich geringer sein.

Wie wird die Impfung verabreicht?

Der Impfstoff wird in den Oberarmmuskel gespritzt. Je nach Fachinformation des Herstellers kann der Impfstoff zeitgleich mit anderen Impfstoffen, z.B. Pneumokokken, COVID-19 oder RSV verabreicht werden. Wird nicht am gleichen Tag geimpft, sollten die Impfreaktionen vorausgegangener Impfungen vor erneuter Impfung vollständig abgeklungen sein.

Wer sollte sich impfen lassen?

Standardmäßig wird die Influenza-Schutzimpfung Personen empfohlen, die besonders gefährdet sind. Dazu gehören Menschen mit einer chronischen Erkrankung, einer Immunschwäche, Schwangere und alle Personen über 60 Jahre. Aber auch Personen, die im Falle einer Influenza-Erkrankung von ihnen betreute Risikopersonen gefährden können, sollten sich impfen lassen. Somit ist auch medizinischem und pflegerischem Personal, Schul- und Kindergartenpersonal, Verkaufspersonal, etc. eine Impfung dringend empfohlen.

Wer sollte nicht geimpft werden?

Personen mit nachgewiesenen Allergien gegen Hühnereiweiß und anderen Impfstoffbestandteilen wie z. B. Konservierungsstoffe und Antibiotika. Bei einigen akuten oder chronischen Erkrankungen ist die Impfung ggf. zu verschieben.

Die persönliche Verträglichkeit der Impfung sollte auf jeden Fall mit Ihrer Ärztin / Ihrem Arzt besprochen werden.

Welche Nebenwirkungen kann es geben?

Die Influenza-Impfung ist gut verträglich. Nach der Impfung kann es gelegentlich zu leichten Impfreaktionen mit Schwellung, Rötung und Schmerzen an der Einstichstelle kommen. Gelegentlich treten auch zwei bis drei Tage nach der Impfung leichte Krankheitserscheinungen mit Fieber, Kopf- und Muskelschmerzen auf. Diese sind Zeichen einer immunologischen Reaktion. Sie sollten nicht als Komplikation angesehen werden.

Weitere Informationen:

www.rki.de > Themen > Infektionskrankheiten > Impfen > Impfungen A-Z > Schutzimpfung gegen Influenza

www.nlga.niedersachsen.de > Informationen für die Bevölkerung > Schutzimpfungen

Download dieses Informationsblattes unter:

www.nlga.niedersachsen.de > Informationen für Fachpersonal und Institutionen > Infektionsschutz und Meldewesen > Schutzimpfungen > Förderung der Influenza-Schutzimpfung

Impressum

Herausgeber:
Niedersächsisches Landesgesundheitsamt
Roesebeckstr. 4 - 6, 30449 Hannover
Fon: 0511/4505-0, Fax: 0511/4505-140
www.nlga.niedersachsen.de
Stand: August 2025