

## Informationen zur saisonalen Influenza-Impfung

### Saisonale 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.

### Influenza-Impfung

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

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 einen 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.

### 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 auch geringer sein.

### Wer sollte sich impfen lassen?

Besonders ältere Menschen, Menschen mit chronischen Grunderkrankungen und Schwangere sind gefährdet und müssen vor einer Infektion geschützt werden. Aber auch für Personen mit engem Kontakt zur Bevölkerung, z. B. medizinisches und pflegerisches Personal, Schul- und Kindergartenpersonal, Verkaufspersonal, etc. ist 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.*

### Nebenwirkungen

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 2-3 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.

(Download:

[www.nlga.niedersachsen.de](http://www.nlga.niedersachsen.de) > Infektionsschutz > Schutzimpfungen > Influenza-Schutzimpfung für das Personal des Gesundheitswesens)

### Impressum

#### Herausgeber:

Niedersächsisches Landesgesundheitsamt  
Roesebeckstr. 4 - 6, 30449 Hannover  
Fon: 0511/4505-0, Fax: 0511/4505-140  
[www.nlga.niedersachsen.de](http://www.nlga.niedersachsen.de)

Stand: August 2018