



DR. ULLA FAUST
Ihre Hausärztin.

Kommen Sie gesund durch Herbst und Winter: Saisonaler Gripeschutz – JETZT IMPFEN LASSEN!

Der Herbst steht vor der Tür und damit die **Grippesaison**. Die Influenza („Virusgrippe“) wird oft unterschätzt: Anders als der so genannte „grippale Infekt“ nimmt die „echte“ Grippe nicht selten einen schweren Verlauf mit hohem Fieber, starken Kopfschmerzen und allgemeiner Körperschwäche, der die Betroffenen etwa eine Woche, bei Komplikationen auch deutlich länger, komplett außer Gefecht setzt. Darüber hinaus können die **Komplikationen im Rahmen einer Grippe** gerade für ältere Menschen und Immungeschwächte **lebensgefährlich** sein (Beispiel Lungenentzündung). Jährlich sterben in Deutschland 7.000 bis 14.000 Menschen an den Folgen einer Grippe.

Sprechen Sie mit Ihrer Hausärztin / Ihrem Hausarzt:

Schützen Sie sich und Ihre Angehörigen, indem Sie sich rechtzeitig impfen lassen!

Für einen wirksamen Schutz muss die **Grippeimpfung jedes Jahr aufgefrischt** werden, da die Grippeviren sich fortlaufend verändern und der Grippe-Impfstoff entsprechend angepasst wird. Der **Impfschutz setzt ein bis zwei Wochen nach der Impfung ein** und hält sechs bis zwölf Monate an.

Wie steht es um die Verträglichkeit?

Für den Gripeschutz wird ein **gut verträglicher Totimpfstoff** (enthält abgetötete Erreger) eingesetzt. Selten auftretende Nebenwirkungen sind Rötungen und Schwellungen um die Impfstelle herum oder leichtes Fieber, Abgeschlagenheit und leichter Kopfschmerz, die aber in der Regel nach etwa zwei Tagen wieder verschwunden sind.

Wer sollte sich impfen lassen?

Die Ständige Impfkommission (STIKO) empfiehlt die Grippeimpfung in erster Linie allen Personen,

- die ein **erhöhtes Risiko für Komplikationen im Fall einer Grippeerkrankung** haben (**Senioren ab 60 Jahre, Menschen mit chronischen Erkrankungen und Schwangere**),
- die besonders **ansteckungsgefährdet** sind (Beispiel medizinisches Personal) und
- allen, die als **Infektionsquelle** für Personen mit erhöhtem Risiko fungieren könnten (Beispiel: Betreuer alter und kranker Menschen).

Gripeschutz lohnt sich aber auch für alle anderen, um Ausfallzeiten aufgrund der unangenehmen Erkrankung vorzubeugen. Deshalb **übernehmen in Bayern die Krankenkassen die Kosten der Impfung**.

Was ist zu beachten?

Zum Zeitpunkt der Grippeimpfung sollten Sie nicht bereits an einem fieberhaften Infekt leiden, da eine Impfung das Immunsystem zusätzlich belasten würde. Informieren Sie Ihre Hausärztin / Ihren Hausarzt,

- wenn Sie eine schwere **Hühnereiweißallergie** haben oder wenn
- bei Ihnen nach einer Grippeimpfung schon einmal schwere **Nebenwirkungen** aufgetreten sind.

In diesen Fällen wird Ihr Hausarzt / Ihre Hausärztin Sie zu einer individuellen Lösung beraten.