



# Geben Sie der Grippe eine Abfuhr – lassen Sie sich impfen!

Liebe Patientin, lieber Patient,

mit Beginn der kalten Jahreszeit naht auch die Grippe-  
welle. Den besten Schutz vor einer Erkrankung bietet die  
Impfung. Vor allem ältere, chronisch kranke und immunge-  
schwächte Menschen sollten sich impfen lassen. Sie sind  
besonders gefährdet, sich mit dem Virus anzustecken.

---

## Kein harmloser grippaler Infekt

---

Erst läuft die Nase, der Hals schmerzt, Kopf und Glieder  
tun weh. Einen normalen grippalen Infekt kennt jeder. Eine  
„echte“ Grippe, die saisonale Influenza, zum Glück nicht.  
Zwar sind ihre Symptome ähnlich, die Erkrankung verläuft  
häufig aber schwerer: Schlagartig treten hohes Fieber,  
heftige Kopf-, Muskel- und Gliederschmerzen auf, lebens-  
bedrohliche Komplikationen wie eine Lungenentzündung  
sind möglich. Fast jedes Jahr gibt es mehrere tausend  
Grippe-Tote in Deutschland.

---

## Wichtigste Schutzmaßnahme ist die Impfung

---

Dass so viele Menschen an einer Grippe sterben, müsste  
nicht sein. Denn gegen die Influenzaviren gibt es eine  
Schutzimpfung. Der aktuelle Impfstoff enthält Bestandteile  
gegen die drei Haupterregertypen, die nach Einschätzung  
von Experten in der kommenden Grippesaison vorwiegend  
verbreitet sein werden. Eine der Komponenten ist gegen  
den Erreger A/H1N1 wirksam, der 2009 die sogenannte  
Schweinegrippe auslöste.

---

## Impfung am besten im Herbst

---

Die Impfung gegen Influenza sollte jedes Jahr, möglichst  
im Herbst, erfolgen. Auch ein späterer Zeitpunkt ist mög-  
lich. Nach der Impfung dauert es etwa zwei Wochen, bis  
der Körper genügend Antikörper produziert hat, um gegen  
eine Influenzainfektion geschützt zu sein.

---

## Impfstoff ist gut verträglich

---

Der Grippeimpfstoff ist gut verträglich. Gelegentlich kann  
es nach einer Impfung zu Rötungen oder einer Schwellung  
an der Einstichstelle kommen. In seltenen Fällen treten  
Symptome wie bei einer Erkältung auf, die in der Regel  
nach ein bis zwei Tagen abklingen. Sie sind ein posi-  
tives Zeichen dafür, dass der Körper Abwehrkräfte  
mobilisiert.



---

## Wer sich impfen lassen sollte

---

Die Ständige Impfkommission (STIKO) des Robert  
Koch-Instituts empfiehlt die Influenzaimpfung insbesonde-  
re für Personen, die bei einer Infektion mit den Grippevi-  
ren ein erhöhtes Risiko für einen schweren Krankheitsver-  
lauf haben. Zu diesen Risikogruppen gehören:

- ▶ Personen über 60 Jahre
- ▶ Kinder, Jugendliche und Erwachsene mit einem Grund-  
leiden (z.B. chronische Krankheiten der Atmungsorgane,  
Herz- oder Kreislaufkrankheiten, Leber- oder Nieren-  
krankheiten, Diabetes oder andere Stoffwechselkrank-  
heiten)
- ▶ Personen mit schweren neurologischen Grundkrank-  
heiten wie Multiple Sklerose
- ▶ Personen mit einem geschwächten Immunsystem  
(z.B. HIV)
- ▶ Schwangere
- ▶ Bewohner von Alters- oder Pflegeheimen

Außerdem sollten sich Menschen impfen lassen, die aus  
beruflichen Gründen viel Kontakt zu anderen Personen  
haben und sich dadurch schneller anstecken können.  
Dazu gehören:

- ▶ medizinisches Personal
- ▶ Menschen in Einrichtungen mit umfangreichem  
Publikumsverkehr

---

## Krankenkasse übernimmt Kosten – keine Praxisgebühr

---

Wenn Sie zu einer der Risikogruppen zählen, übernimmt  
Ihre Krankenkasse die Kosten für die Impfung. Erkundi-  
gen Sie sich am besten bei Ihrer Kasse. Einige gesetzliche  
Krankenkassen übernehmen die Kosten auch für Versiche-  
rte, die nicht zu den Risikogruppen gehören. Bei Impfter-  
minen entfällt die Praxisgebühr von zehn Euro. Nur wenn  
weitere Untersuchungen und Beratungen notwendig  
werden, muss der Arzt die Praxisgebühr erheben.

Sprechen Sie mit Ihrem Arzt über die Impfung. Er berät Sie  
gerne.

Ihr Praxisteam



Eine Präventions-  
initiative der KVen  
und der KBV



Kassenärztliche  
Bundesvereinigung