

Wann und für wen ist welche Impfung sinnvoll?



Von Kindesbeinen an bis ins hohe Alter begleitet uns die Spritze: Über die klassische Masern-Impfung im Kindesalter über Auffrischungen gegen Grippe & Co., spezielle Impfungen für gefährdete Berufe bis hin zu Senioren – die Liste ist lang. Hier erfährst du, in welchen Lebenslagen welche Immuntherapien angesagt sind.

Wer sich gesund fühlt, denkt meist gar nicht daran. Erst wenn mal wieder Alarm in den Medien angesagt ist (Corona) oder du dir das Knie aufgeschürft hast und Dreck in der Wunde ist (Tetanus), wird die Frage nach dem Impfstatus laut. Dabei ist es keine schlechte Idee, das Ganze unter Kontrolle zu behalten.

Von der Wiege bis zur Grundschule

Kinderkrankheiten wie Masern oder Keuchhusten sind hochansteckend und können dramatische Folgen haben. Gerade Säuglinge und Kleinkinder erkranken oft schwerer als ältere Kinder. Deshalb empfiehlt die Ständige Impfkommission (STIKO) sogar schon wenige Wochen nach der Geburt erste Immunisierungsmaßnahmen, zu finden im Impfkalendar unter www.rki.de.



Dazu gehören unter anderem Kombi-Präparate wie der 6-fache Impfstoff gegen Diphtherie, Tetanus, Kinderlähmung, Haemophilus influenzae Typ b (Hib), Keuchhusten und Hepatitis B. Auch die Abwehr gegen Masern, Mumps, Röteln und Windpocken kann gebündelt erfolgen. Wer Nachwuchs hat, sollte den Ablauf mit dem Kinderarzt durchplanen.



Geschützt im Arbeitsalltag

Je nachdem, welchen Beruf du gewählt hast, kannst du auch im Arbeitsalltag erhöhten Risiken für Infektionskrankheiten ausgesetzt sein. Wer in engem Kontakt mit vielen Menschen arbeitet, sollte Standardimpfungen wie etwa gegen Grippe und Corona (ja, das gibt es immer noch!) regelmäßig auffrischen. Hier findest du noch ein paar weitere Beispiele für berufsbedingte Impfungen:

Frühsommer-Meningoenzephalitis (FSME):

Forstarbeiter, Landwirte, Erntehelfer oder Geologen – besonders in ausgewiesenen Risikogebieten

Hepatitis A:

Gesundheitswesen, psychiatrische Kliniken, Küchenhilfen, Reinigungskräfte, Klempner oder bei Kanalisationsarbeiten (alles, was mit Abwasser zu tun hat!)

Hepatitis B:

Gesundheitswesen, Polizeidienst, Gefängnisse, Asylantenheime

Masern, Mumps, Röteln:

medizinische/pflegerische Einrichtungen, Schulen, Kitas

Pneumokokken:

Maschinenschlosser, Metallarbeiter, Schweißer

Kinderlähmung:

Asylantenheime, Laboranten, bei Kontakt zu Einreisenden aus Risikoländern

Tollwut:

Laboranten, Tierärzte, Jäger, Förster

Auf Reisen – andere Länder, andere Sitten ...

... und andere Krankheitserreger!

In einigen Ländern musst du bei der Einreise spezielle Impfungen nachweisen. Um sicherzugehen, solltest du vor dem Kofferpacken deinen Arzt befragen oder dich auf der Website des Auswärtigen Amtes (<https://www.auswaertiges-amt.de/de/ReiseUndSicherheit/reise-und-sicherheitshinweise>) schlau machen – hier findest du alle relevanten Infos.



Schwangerschaft – ein Sonderfall

Schonfrist vor der Spritze? Von wegen. Einige Impfungen werden werdenden Müttern sogar ausdrücklich empfohlen, zum Beispiel gegen Grippe, da bei ihnen besonders schwere Verläufe auftreten können. Allerdings sind Immunisierungen mit Lebend-Impfstoffen (Masern, Mumps, Röteln, Windpocken) in der Schwangerschaft nicht erlaubt.

Im Zweifelsfall steht der Frauenarzt beratend zur Seite. Es versteht sich von selbst, dass man in dieser Zeit Ansteckungsrisiken möglichst vermeiden sollte. Und natürlich gilt es für junge Eltern zu bedenken, dass auch Kontaktpersonen des Neugeborenen geimpft sein sollten.

Ältere Menschen sind besonders anfällig!

Etwa ab dem 60. Lebensjahr wird unser Immunsystem schwächer. Neben den Standard-Immunisierungen empfiehlt die STIKO älteren Menschen Impfungen gegen:

- ❗ **Grippe:** jährliche Auffrischung im Herbst mit Hochdosis-Impfstoffen
- ❗ **Pneumokokken:** je nach Präparat Auffrischung nach 6 Jahren
- ❗ **Herpes Zoster Gürtelrose:** zwei Impfungen im Abstand von 2 bis 6 Monaten

- ❗ **Covid-19:** jährlich
- ❗ **Respiratorisches Synzytial-Virus (RSV):** einmalige Impfung im Herbst
- ❗ **Frühsommer-Meningoenzephalitis (FSME):** nur in Risikogebieten, 3 Impfungen



Jedem Tierchen sein Pläsierchen

Haustiere sind unter anderem dem Risiko gefährlicher Krankheiten ausgesetzt, die auch bei Wildtieren vorkommen (Tollwut, Staupe). Ferner können sie manche Erreger auch auf Menschen übertragen. Frühzeitiges Impfen vermeidet kostspielige Behandlungen vermeidbarer Krankheiten. Sprich deinen Tierarzt darauf an, er erstellt einen individuellen Impfplan für deinen Schützling.

Quellen und weitere Informationen:

<https://www.impfen-info.de/impfempfehlungen/fuer-kinder-0-12-jahre/>
<https://impfen.sanofi.de/impfempfehlungen-fuer-erwachsene/berufsgruppen>
<https://www.frauenaerzte-im-netz.de/frauengesundheit/impfschutz-impfungen/impfungen-in-der-schwangerschaft/>
<https://www.helios-gesundheit.de/magazin/news/03/impfungen-ab-60/>