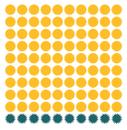
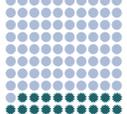


Keine Angst vor Nebenwirkungen.

Nebenwirkungen bei Impfungen sind möglich, aber normalerweise **harmlos und gehen schnell vorüber**. Nahezu jeder kennt Begleiterscheinungen des Impfens wie Rötungen oder Schwellungen an der Einstichstelle. Auch Symptome wie Abgeschlagenheit, Kopf- oder Gliederschmerzen können auftreten. **Dies sind Anzeichen dafür, dass sich der Körper mit der Impfung auseinandersetzt und einen Schutz aufbaut.** Sollten Sie dazu Fragen haben, hilft Ihnen Ihr Arzt oder Ihre Ärztin gern weiter. Die Nebenwirkungen klingen meist nach ein bis drei Tagen wieder ab und sind in jedem Fall weniger schlimm als die Symptome der Krankheit und deren mögliche Folgeschäden. **Generell sind Impfungen sehr sicher und gehen nur äußerst selten mit schwerwiegenden Komplikationen einher.**



Das zeigt sich am Beispiel der Masernimpfung: Bei bis zu **10 von 100 Personen** treten Schwellungen an der Injektionsstelle, Fieber (höher als 39,5 °C), Reizbarkeit, Hautausschlag (Flecken und/oder Bläschen) auf.



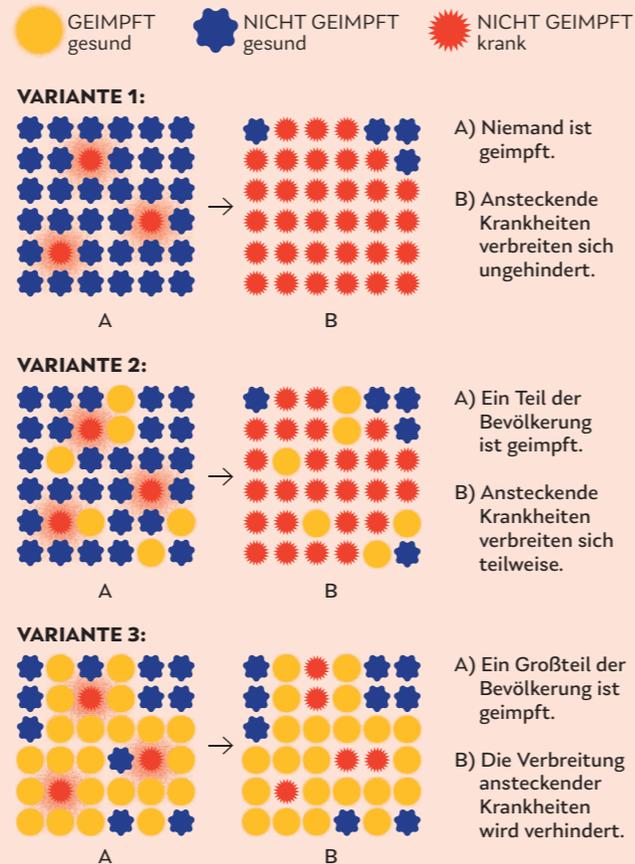
Zum Vergleich ein gängiges Schmerzmittel: Mehr als **10 von 100 Menschen**, die das bekannte Schmerzmittel Ibuprofen® nehmen, haben Magen-Darm-Beschwerden.

[d]

Einer für alle – alle für einen.

Mit den meisten Impfungen schützen Sie nicht nur sich selbst, sondern auch die nicht geimpften Menschen in Ihrer Umgebung. Wenn Sie zum Beispiel Ihre Kinder gegen Masern impfen lassen, schützen Sie damit automatisch auch Säuglinge, die noch nicht im impffähigen Alter sind. Sie schützen aber auch Erwachsene, die aufgrund einer chronischen Erkrankung oder eines geschwächten Immunsystems besonders anfällig für Infektionskrankheiten sind. Auf diesen Effekt baut das Konzept des **Gemeinschaftsschutzes**: Wenn ein bestimmter Prozentsatz an Menschen in der Bevölkerung immun ist, kann sich eine Krankheit nicht weiter ausbreiten. Geimpfte Personen bauen also eine Art Schutzmauer auf, die ungeimpfte Personen mit schützt. Je mehr Menschen geimpft sind, desto größer ist auch der Schutz nicht geimpfter Menschen.

Das bedeutet: **Mit einer Impfung schützen Sie nicht nur sich selbst, sondern auch Ihre Familie und Freunde.**



QUELLEN:

1: https://www.rki.de/DE/Content/Infekt/Impfen/Bedeutung/Schutzimpfungen_20_Einwaende.html | 2: S. Koppen et al. (2004) No epidemiological evidence for infant vaccinations to cause allergic disease. | 3 https://www.rki.de/DE/Content/Infekt/Impfen/Bedeutung/Schutzimpfungen_20_Einwaende.html | 4: Röteln: RKI-Ratgeber für Ärzte. Stand: 05.08.2021 | 5: Schuleingangsuntersuchung 2020: https://www.rki.de/DE/Content/Infekt/EpidBull/Archiv/2022/Ausgaben/48_22.pdf?__blob=publicationFile
6 Masern: RKI-Ratgeber für Ärzte. Stand: 23.07.2021

GRAFIKEN:

a https://www.rki.de/DE/Content/Infekt/EpidBull/Archiv/2022/Ausgaben/48_22.pdf?__blob=publicationFile | b SurvStat-Datenbank | c https://www.rki.de/DE/Content/Infekt/Impfen/Praevention/elimination_04_01.html | d 1: <https://portal.dimdi.de/amispb/doc/pei/Web/2603731-palde-20170601.pdf> | 2: <http://www.apothekenumschau.de/Medikamente/Beipackzettel/ibuprofen-al-400-3530945.html>

Copyright und verantwortlich für den Inhalt nach § 55 Abs. 2 RStV:

Thüringer Ministerium für Arbeit, Soziales, Gesundheit, Frauen und Familie

Korrektur: textfokus – Helge Pfannenschmidt

Konzept, Grafik, Gestaltung: sandruschka GmbH

Stand: August 2023

Sie haben weitere Fragen zum Thema Impfen?

Ihr Praxisteam informiert Sie gern.

Sie sind noch nicht geimpft?

Dann fragen Sie Ihren Arzt oder Ihre Ärztin und lassen Sie sich zu Impfungen beraten, beispielsweise gegen *Tetanus, Keuchhusten, Diphtherie* oder *Grippe*.

Bringen Sie doch einfach Ihren **Impfpass** zum nächsten Arztbesuch mit. So können Sie, falls nötig, direkt einen Impftermin vereinbaren.



Sie haben weitere Fragen zum Thema Impfen?

Ihr Praxisteam informiert Sie gern.

Oder besuchen Sie unsere Webseite

www.thueringen-impft.de

für weiterführende Informationen.

Impfen schützt Sie, Ihre Familie und Freunde.

THÜRINGEN impft



Welche Impfungen muss ich unbedingt auffrischen lassen?

Gibt es Risiken und Nebenwirkungen?

Können Kinderkrankheiten auch mich noch treffen?

www.thueringen-impft.de

Auch für Erwachsene sind Impfungen wichtig.

Fällt Ihnen spontan ein, wo Sie Ihren Impfausweis verstaubt haben? Da müssten Sie erst suchen? Damit sind Sie nicht allein. In den „besten Jahren“ denken wir häufig nicht mehr über unseren Impfschutz nach. Dabei sind Impfungen nicht nur für Kinder und Menschen über 60 wichtig. Auch Erwachsene jungen und mittleren Alters können an vermeintlichen „Kinderkrankheiten“ wie Masern oder Keuchhusten erkranken – zum Teil mit besonders schweren Verläufen. Impfungen sind die wirksamste und sicherste Methode, um sich vor diesen und anderen Infektionskrankheiten zu schützen. Gerade die letzten von der **Corona-Pandemie** geprägten Jahre haben uns vor Augen geführt, wie verwundbar wir sind – und dass unser Gesundheitssystem nur dann funktioniert, wenn jeder Verantwortung übernimmt. Teil dieser Verantwortung ist es, den eigenen Impfschutz mindestens alle zehn Jahre überprüfen zu lassen und empfohlene Impfungen vom Arzt oder der Ärztin auffrischen bzw. nachholen zu lassen. Das gilt auch dann, wenn Sie sich rundum gesund fühlen und eher selten mit dem Thema „Impfen“ konfrontiert sind.

Sie sind noch nicht geimpft? Fragen Sie Ihren Arzt oder Ihre Ärztin, ob und wann Sie sich impfen lassen sollten.

Impfungen fördern keine Allergien.

Manche Menschen glauben, dass Impfungen Allergien fördern. Dieser Eindruck kann entstehen, weil es heutzutage sowohl mehr Impfungen als auch mehr Allergien gibt. Doch nur weil zwei Dinge gleichzeitig auftreten, haben sie nicht unbedingt etwas miteinander zu tun. In der ehemaligen DDR beispielsweise gab es eine gesetzliche Impfpflicht und fast alle Kinder waren geimpft. Gleichzeitig gab es kaum Allergien. Diese nahmen in den neuen Bundesländern erst nach der Wende zu, während zeitgleich die Impfquoten sanken.^[1] Wissenschaftliche Untersuchungen zeigen zudem keinen Zusammenhang zwischen Impfungen und Allergien.^[2] Auch viele andere Einwände gegen das Impfen, wie zum Beispiel die Behauptung, ihre Wirksamkeit sei nicht belegt oder es ginge nur um den Profit von Pharmaunternehmen, halten einer objektiven Überprüfung nicht stand.^[3]

Röteln sind eine Gefahr in der Schwangerschaft.

Eine noch immer unterschätzte Gefahr geht von den Röteln aus. Die hochansteckende Virusinfektion hat besonders schwerwiegende Konsequenzen, wenn sich eine schwangere Frau damit ansteckt. Dann kann das Ungeborene eine sogenannte Rötelnembryofetopathie bekommen – eine Schädigung während der ersten vier Schwangerschaftsmonate, die mit Blindheit, Taubheit, Herzfehlern, geistigen Behinderungen oder sogar dem Tod des Babys einhergehen kann.^[4] Nur wenn die Mutter vollständig gegen Röteln geimpft ist, ist auch das ungeborene Kind effektiv geschützt. Eine Impfung während der Schwangerschaft ist leider nicht möglich. Frauen mit bestehendem Kinderwunsch sollten daher ihren Impfschutz bereits vor einer Schwangerschaft prüfen.

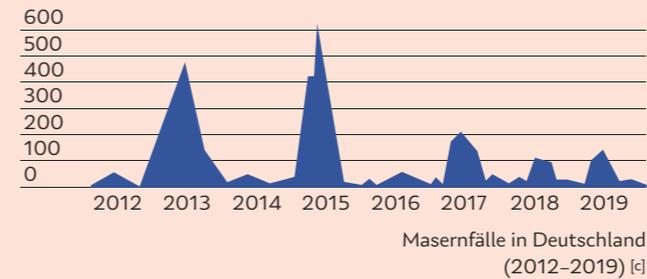
Coronavirus SARS-CoV-2 – Ein neuer Erreger

Ende 2019 trat erstmals das Coronavirus SARS-CoV-2 in Erscheinung, das zur Pandemie führte. Derzeit wird allen Personen ab 18 Jahren empfohlen, sich mindestens zweimal gegen COVID-19 impfen zu lassen. Insbesondere Personen mit Grunderkrankungen, sowie Schwangere haben ein erhöhtes Risiko für einen schweren Krankheitsverlauf und sollten gemeinsam mit ihrem Arzt oder ihrer Ärztin die persönliche Situation besprechen.

Masern sind keine Kinderkrankheit.

Masern werden oft als „Kinderkrankheit“ bezeichnet. Völlig zu Unrecht, denn der Erreger ist hochansteckend und kann sehr leicht übertragen werden – auch auf erwachsene Menschen. Im schlimmsten Fall verläuft die Erkrankung lebensbedrohlich. Heutzutage sind viele Kinder gegen Masern geimpft – in Thüringen rund 93 Prozent.^[5] Erkrankungen treffen daher vermehrt ungeschützte Jugendliche oder Erwachsene.^[6] Besonders wichtig ist der Impfschutz für Gemeinschaftseinrichtungen wie Kindergärten oder Schulen sowie im Gesundheitswesen. Dort kommen täglich viele Menschen in geschlossenen Räumen zusammen und die Ansteckungsgefahr ist um ein Vielfaches höher. Deshalb gilt für in solchen Einrichtungen Beschäftigte, die nach 1970 geboren sind, seit Anfang 2020 eine Impfpflicht.

Sollten Sie noch keine Masernimpfung haben, wenden Sie sich einfach an Ihren Arzt oder Ihre Ärztin.



Empfohlene Impfungen.

Auf der Basis jahrelanger wissenschaftlicher Forschung zum Thema „Impfen“ erarbeitet ein unabhängiges Gremium aus Wissenschaftlern und Ärzten (Ständige Impfkommission/STIKO) Empfehlungen, gegen welche Viren und Bakterien Sie sich impfen lassen sollten. Dabei werden der Nutzen und die Sicherheit von Impfungen auf der Grundlage gesicherter wissenschaftlicher Erkenntnisse genau analysiert und abgewogen. Sie können sich darauf verlassen, dass diese Empfehlungen sinnvoll und sicher sind.

Ihre gesetzliche Krankenkasse übernimmt die Kosten für die empfohlenen Standardimpfungen.

Sie sind privat krankenversichert? Dann fragen Sie bei Ihrer Krankenkasse nach. In der Regel werden auch hier die Kosten übernommen.



Empfohlene Impfungen für die Altersgruppe 18–59:

- **Masern:** Einmalige Impfung für alle nach 1970 geborenen Personen über 18 mit unklarem Impfstatus, ohne Impfung oder mit nur einer Impfung in der Kindheit. Beschäftigte in Kindergärten, Schulen oder anderen Gemeinschaftseinrichtungen sowie in medizinischen Einrichtungen benötigen eine zweimalige Impfung gegen Masern.
- Kombinationsimpfung gegen **Tetanus, Diphtherie und Keuchhusten:** Auffrischung der Impfung oder, falls Sie noch nicht geimpft wurden, eine Grundimmunisierung. Schwangeren wird empfohlen, sich ab der 28. Schwangerschaftswoche mit einem Kombinationsimpfstoff impfen zu lassen.
- **Kinderlähmung (Polio):** Sollten Sie noch nicht geimpft sein oder Ihr Impfschutz gegen Kinderlähmung unvollständig sein, wird empfohlen, diese Impfung nachzuholen.

*Neben den oben genannten Impfungen empfiehlt die STIKO auch die Impfung gegen COVID-19 als Standardimpfung für Personen im Alter von 18–59. Darüber hinaus gibt es eine Reihe weiterer Impfungen, die bei bestimmten Indikationen empfohlen werden. Dazu gehören beispielsweise Impfungen gegen **Hepatitis A und B, Meningokokken** und **COVID-19** sowie **FSME** (Frühsommer-Meningoenzephalitis), **Röteln**, **Windpocken** (Varizellen).*

FART IST

- Nicht-Impfen gefährdet die Lebensqualität der ganzen Familie.
- Impfen ist die wirksamste Maßnahme zum Schutz vor Infektionskrankheiten.
- Impfungen fördern keine Allergien.