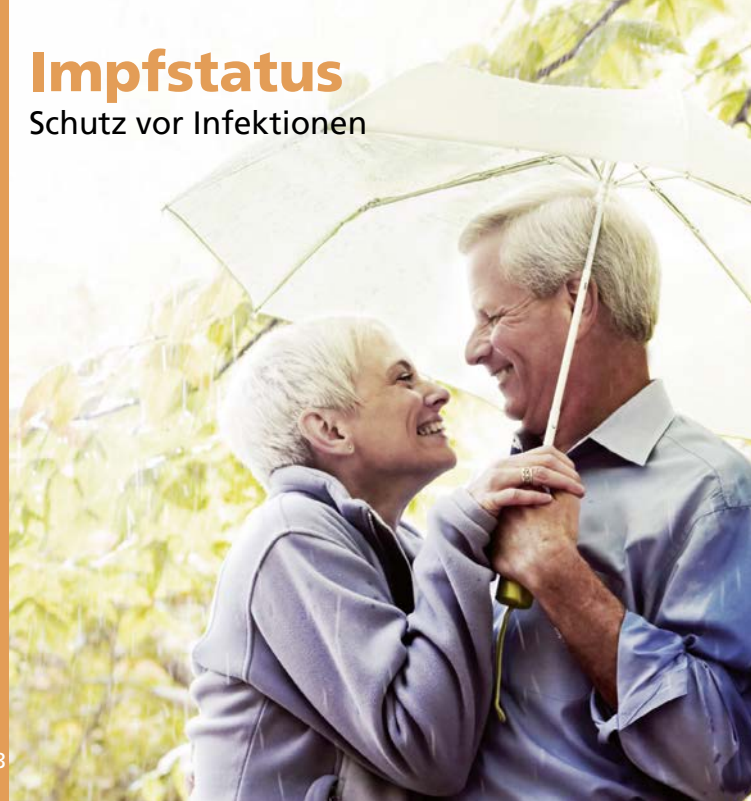


# Impfstatus

Schutz vor Infektionen



1703/2/3 www.schleiner.de  
Bildnachweis: Fotolia: 5. 2-7, 9-11; Getty Images:

[www.gesund-bleiben.de](http://www.gesund-bleiben.de)

5.03

5.03

Patientenratgeber  
Unsere Reihe für Ihre Gesundheit

**GESUND**  
bleiben

**GESUND**  
bleiben

## IMPFFSTATUS

# Schutz vor Infektionen

Impfungen sind ein unverzichtbarer Schutz vor zahlreichen Krankheiten. Um diesen Schutz aufrechtzuerhalten, müssen sie regelmäßig aufgefrischt werden. Mit einer Blutuntersuchung kann Ihr Arzt Ihren persönlichen Impfstatus feststellen.



Bei der Impfkontrolle wird Ihr Blut daraufhin untersucht, ob ausreichend Antikörper gegen die jeweiligen Krankheitserreger vorhanden sind. Das ist nach einer erfolgten Schutzimpfung sinnvoll, da die angegebene Schutzdauer des Impfstoffherstellers nur ein Richtwert ist. Dies ist darauf zurückzuführen, dass die Schutzdauer auch von individuellen Faktoren jedes Menschen abhängt.

## „Blinde“ Impfungen vermeiden

Besondere Bedeutung hat die Überprüfung des Impfstatus, wenn unregelmäßige Impfabstände bestehen. Auch wenn der Impfpass fehlt, ist eine Untersuchung zu empfehlen. Bei einer „blinden“ Impfung riskieren betroffene Personen Nebenwirkungen, die durch einen vorherigen Test vermeidbar wären. Die Untersuchungen werden von den privaten Krankenkassen erstattet.

## Infektionserkrankungen kehren zurück

Durch erfolgreiche Impfkampagnen treten viele Erkrankungen in Deutschland seltener oder gar nicht mehr auf. Die Erfahrungen der letzten Jahrzehnte haben jedoch gezeigt, dass es aufgrund der zunehmenden Mobilität auch in Europa zu Ausbrüchen von Krankheiten kommen kann, die sich eigentlich im Rückgang befinden. Sowohl Reisende als auch Zuhausegebliebene sollten darum ihren Impfstatus prüfen. Auch bei medizinischem Personal ist die Überprüfung zu empfehlen.

## Kinderlähmung nicht unterschätzen

Ein Beispiel ist die Kinderlähmung, medizinisch Poliomyelitis. Seit die WHO sich zum Ziel gesetzt hat, diese Krankheit weltweit auszulöschen, ist die Zahl der Erkrankungen deutlich zurückgegangen. In Deutschland ist Poliomyelitis in den letzten Jahren nicht mehr übertragen worden. Dennoch kann keine Entwarnung gegeben werden. Vor Auslandsreisen – insbesondere nach Afrika, zur Arabischen Halbinsel und nach Südostasien – sollten Sie Ihren Impfschutz überprüfen.



*Der Impfpass gibt Auskunft: Hier werden alle Impfungen eingetragen. Bei Unklarheiten ist jedoch eine Überprüfung des Impfstatus empfehlenswert.*

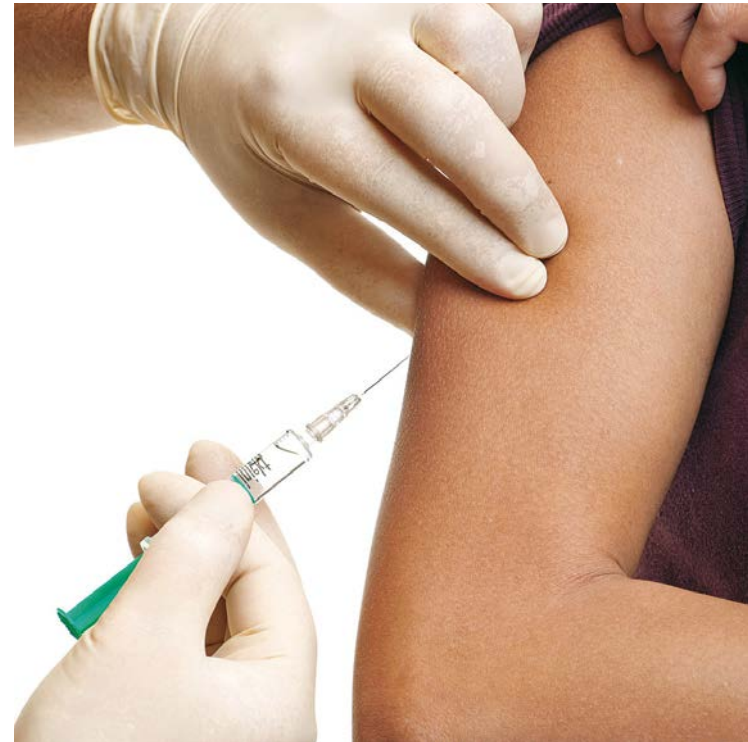
## Impfungen auffrischen

Durch eine konsequente Grundimmunisierung im Kleinkindalter konnten in Westeuropa viele gefährliche Erkrankungen zurückgedrängt werden. Es wird allerdings häufig die Tatsache unterschätzt, dass der Impfschutz bei einer Reihe von Krankheiten in regelmäßigen Zeitabständen erneuert werden muss. Für Ihren persönlichen Impf-Check sollten Sie, je nach Lebenssituation, folgende Infektionskrankheiten berücksichtigen:

**Cholera:** Schwere bakterielle Darmerkrankung. Übertragung über Trinkwasser und verunreinigte Lebensmittel. Geringe Inkubationszeit von einigen Stunden bis wenigen Tagen. Die Symptome sind wässrige, teilweise blutige Durchfälle, die zu einem schnellen lebensbedrohlichen Flüssigkeitsverlust führen können. Auffrischimpfung nach 2 Jahren. Eine neue orale Choleraimpfung (Dukoral) weitet den Schutz auf andere giftproduzierende E.-coli-Bakterien aus, so dass auch „normale“ Durchfallerkrankungen in ihrer schädlichen Wirkung abgeschwächt werden können.



*Ohne Bedenken verreisen: Auch vor Fernreisen sollte man an einen adäquaten Impfschutz denken.*



*Kombi-Impfung: Die Auffrischimpfungen gegen Kinderlähmung, Diphtherie und Tetanus können zusammen erfolgen.*

**Diphtherie:** Übertragung durch bakterielle Tröpfcheninfektion. Durch die Ausbildung von Pseudomembranen im Rachen und Kehlkopfbereich besteht die Gefahr der Erstickung. Inkubationszeit 2 bis 5 Tage. Auffrischimpfung alle 10 Jahre, auch zusammen mit Pertussis und Tetanus, ggf. auch mit Poliomyelitis möglich.

**FSME:** Frühsommer-Meningoenzephalitis, umgangssprachlich Hirnhautentzündung, Übertragung durch Zeckenstich. Gefährdung in endemischen Gebieten (z.B. Süddeutschland). Bleibende neurologische Schäden bei Erkrankung möglich. Inkubationszeit 7 bis 14 Tage. Wichtig für Russland- und Estlandreisende (z.B. Jagdreisende): Die östliche FSME-Variante, die Russian Spring Summer Encephalitis, nimmt einen schwereren klinischen Verlauf und heilt häufig nicht vollständig aus. Sterblichkeitsrate ca. 15 Prozent. Auffrischimpfung alle 3 bis 5 Jahre in Endemiegebieten.

**Gelbfieber:** Vorkommen in Afrika und Südamerika. Übertragung durch Stechmücken. Inkubationszeit 3 bis 6 Tage. Es können Bluterbrechen, Durchfälle, Gelbsucht sowie Nierenversagen auftreten (oftmals tödlicher Verlauf). Für die Grundimmunisierung genügt eine einmalige Impfung. Immunität voraussichtlich lebenslang. Auffrischimpfung eventuell nach mehr als 10 Jahren.

**Hepatitis A:** Übertragung durch verunreinigte Lebensmittel und Trinkwasser. Inkubationszeit 2 bis 6 Wochen. Bei Erwachsenen meist Verlauf mit Gelbsucht, bei Kindern häufig ohne Symptome. Auffrischimpfung entsprechend aktuellem Impfstatus.

**Hepatitis B:** Übertragung durch Blut und Blutprodukte sowie Geschlechtsverkehr. Inkubationszeit bis 180 Tage. Übergang in Leberzellkarzinom nach 20 Jahren bei chronischem Verlauf möglich (ca. 10 Prozent der Fälle). Auffrischimpfung entsprechend aktuellem Impfstatus.

**HPV – Humane Papilloma-Viren:** Übertragung durch Geschlechtsverkehr. Einige der über hundert verschiedenen HPV-Viren stehen im Zusammenhang mit der Entstehung von Gebärmutterhalskrebs. Gegen die gefährlichsten Virusstämme wurden Impfstoffe entwickelt, die bei Mädchen im Alter zwischen 9 und 14 Jahren vor dem ersten Geschlechtsverkehr zur Anwendung kommen.

**Influenza:** Vorkommen auf der ganzen Welt. Darum sollten Reisende grundsätzlich an einen Impfschutz denken. Dabei ist zu beachten, dass die Epidemiezeiten auf der Südhalbkugel bei uns in den Sommer fallen.

**Japanische Enzephalitis:** Vorkommen im gesamten asiatischen Raum. Übertragung durch Stechmücken. Inkubationszeit 6 bis 16 Tage. Erkrankung ähnelt der FSME, häufig mit neurologischen Dauerschäden. Schutzdauer nach abgeschlossener Grundimmunisierung 3 Jahre. Nach Ablauf Auffrischimpfung.

**Kinderlähmung (Poliomyelitis):** Übertragung durch Schmier-, gelegentlich auch Tröpfcheninfektion. Inkubationszeit 3 bis 35 Tage. Permanentes Vorkommen in Afghanistan, Nigeria und Pakistan.

**Masern:** Übertragung durch Tröpfcheninfektion, hohes Ansteckungsrisiko. Inkubationszeit 10 bis 14 Tage. Krankheitskomplikationen: Hautausschlag, Lungen- und Hirnhautentzündung mit bleibenden Schäden. Immunität wahrscheinlich lebenslang.

**Meningokokken:** Verursachen Hirnhautentzündungen und Sepsis. Für alle Kinder ab dem vollendeten 12. Lebensmonat wird eine Impfung gegen Meningokokken der Serogruppe C oder als Kombinationspräparat, das die Gruppen ACWY umfasst, empfohlen. Ein besonders hohes Risiko für Meningokokken-Erkrankungen besteht u.a. in tropischen Gebieten, im sogenannten Meningitis-Gürtel Afrikas (südlich der Sahara vom Sudan bis zum Senegal) sowie in Südamerika und Saudi-Arabien (Pilgerreisen nach Mekka). Eine Impfdosis gibt Schutz für 3 Jahre.

**Mumps:** Übertragung durch Tröpfcheninfektion. Inkubationszeit 18 Tage. Mitbeteiligung der Parotis (Ohrspeicheldrüse) sowie von Hoden und Bauchspeicheldrüse mit möglichen bleibenden Schäden (u.a. Unfruchtbarkeit und Diabetes mellitus). Immunität voraussichtlich lebenslang. Auffrischimpfung eventuell nach mehr als 15 Jahren.



*Gefährliche Plagegeister: Mückenstiche sind nicht nur unangenehm, sondern können verschiedene Krankheitserreger übertragen.*



*Risiko Afrikareise: In der Trockenzeit von Dezember bis Mai besteht im Meningitis-Gürtel südlich der Sahara ein erhöhtes Infektionsrisiko für Meningokokken.*

**Pertussis (Keuchhusten):** Bakterielle Atemwegserkrankung mit krampfartigen Hustenanfällen. Folgeerkrankungen können Lungenentzündungen und Hirnschäden sein. Besonders Säuglinge sind gefährdet. Grundimmunisierung im 1. Lebensjahr, Auffrischung mit 6 Jahren und zwischen dem 9. und 18. Lebensjahr. Erwachsene sollten bei jeder Tetanus/Diphtherie-Nachimpfung alle zehn Jahre im Rahmen eines Kombi-Präparates den Keuchhusten-Impfschutz erneuern.

**Pneumokokken:** Verursachen Lungen-, Hirnhaut oder Mittelohrentzündungen. Bei jungen Erwachsenen verläuft die Infektion in aller Regel ohne Komplikationen. Bei älteren Menschen (> 60 Jahre) sowie bei Kindern und Erwachsenen mit einer chronischen Vorerkrankung kann es zu lebensbedrohlichen Komplikationen kommen. Bei Erwachsenen einmalige Impfung, Auffrischung nach 5 bis 6 Jahren. Kleinkinder erhalten mit einer Mehrfachimpfung im ersten Lebensjahr eine Immunität.

**Rotaviren:** Übertragung durch Schmierinfektion. Inkubationszeit 1 bis 3 Tage. Eine der häufigsten Ursachen für Magen-Darm-Erkrankungen. Besonders gefährdet sind Säuglinge und Kleinkinder bis zu zwei Jahren sowie Senioren und Menschen mit einem geschwächten Immunsystem.

**Röteln:** Übertragung durch Tröpfchen- und Schmierinfektionen, hohes Ansteckungsrisiko. Inkubationszeit 14 bis 21 Tage. Kinder erkranken häufig ohne Symptome. Hohe Gefährdung von Embryonen in den ersten 4 Schwangerschaftsmonaten. Sowohl Mädchen als auch Jungen müssen geimpft werden. Immunität voraussichtlich lebenslang. Bei Mädchen und Frauen im gebärfähigen Alter sollte in jedem Fall der Immunitätsstatus geklärt werden. Sind keine Antikörper vorhanden, sollte eine Impfung erfolgen. Zum Impfzeitpunkt darf die Patientin in keinem Fall schwanger sein.



*Früher Schutz: Einige Impfungen sollten schon bei Kleinkindern erfolgen, um sie vor den Folgen einer Infektion zu bewahren.*

**Tetanus:** Bakteriell bedingter Wundstarrkrampf. Meist tödlich verlaufende Wundinfektion nach Fremdkörper- oder Bagatellverletzungen. Inkubationszeit mehrere Tage bis einige Wochen. Zusätzliche passive Immunisierung bei verschmutzten Wunden und unzureichendem Impfschutz. Auffrischimpfung alle 10 Jahre, auch zusammen mit Diphtherie und Pertussis möglich.

**Tollwut:** Viruserkrankung, ausgelöst durch Bisse von infizierten Tieren (Hunde, Füchse; Fledermäuse übertragen die Krankheit, sterben als einzige Tierart aber nicht daran). Die Erkrankung führt zu einer immer tödlich verlaufenden Hirnentzündung mit Krämpfen und Lähmungserscheinungen der Atemmuskulatur. Eine Therapie ist nicht bekannt. Schutz bietet eine mehrfach durchgeführte Impfung, die bis zu einer 5-jährigen Immunität führt. Mitteleuropa gilt als nahezu tollwutfrei. „Rucksackreisende“, die in engem Kontakt zur Natur in Ländern Süd- oder Südostasiens unterwegs sind, sollten eine Impfung in Erwägung ziehen.



*Vorsicht: In ungekochten Lebensmitteln und nicht abgekochtem Trinkwasser können sich Infektionserreger verstecken.*



*Schnell wie der Wind: Windpocken sind eine hoch ansteckende Viruserkrankung, die oft mit Fieber beginnt.*

**Typhus:** Bakterielle Infektion, die zu Fieber, schweren Durchfällen und Hautrötungen führt. Übertragung durch Trinkwasser und verunreinigte Lebensmittel. Unhygienische Lebensumstände verstärken das Krankheitsrisiko. Verbreitungsgebiete sind Südamerika, Afrika und Südasiens mit jährlich 600.000 Todesfällen. Die einmalige Impfung führt zu einer Immunität von 3 Jahren.

**Varizellen (Windpocken):** Leicht übertragbare virale Infektion durch den Erreger aus der Familie der Herpes-Viren. Auf der Haut entstehen juckende Bläschen, die verkrusten und nach einiger Zeit abfallen. Außerdem können Lungen-, Gehirn- und Mittelohrentzündungen auftreten. Bei Schwangeren können Windpocken zu schweren Schädigungen des Ungeborenen führen. Kinder werden als Kleinkind zweimal geimpft. Immunität wahrscheinlich lebenslang.

Sprechen Sie mit Ihrem Arzt. Er berät Sie gerne.

# Impfkalender

Bei diesem Impfkalender handelt es sich lediglich um die von der Ständigen Impfkommission (STIKO) empfohlenen Standardimpfungen. Sollten Sie eine Reise planen, können zusätzliche Reiseimpfungen nötig sein. Bitte sprechen Sie mit Ihrem Arzt.

ALTER	IMPfung	Rotaviren	Tetanus	Diphtherie	Keuchhusten	Kinderlähmung	Hepatitis B	HIB	Pneumokokken	Masern	Mumps	Röteln	Windpocken	Meningokokken	HPV	Grippe
		Ab 6. Woche	•													
Ab 2. Monat		•	•	•	•	•	•	•								
Ab 3. Monat (U4)		•	•	•	•	•	•									
Ab 4. Monat			•	•	•	•	•	•								
KINDER	Ab 11. Monat (U6)									•	•	•	•			
	> 8 Wochen später									•	•	•	•			
	Zwischen 11. und 14. Monat		•	•	•	•	•	•	•							
	Vor Vollendung des 2. Lebensjahres													•		
JUGENDLICHE	Vor Einschulung zwischen 5. und 6. Lebensjahr (U9)		•	•	•											
	Mädchen ab vollendetem 9. - 13. Lebensjahr														•	
	> 6 Monate später														•	
	Mädchen ab 14. - 17. Lebensjahr														•	
	> 1 bis 2 Monate später														•	
ERWACHSENE	> 6 Monate später														•	
	Zwischen 9. und 18. Lebensjahr, bevorzugt im Alter von 10, wenn im Alter von 5 - 6 TdPa gemacht worden ist		•	•	•	•										
	> danach alle 10 Jahre		•	•	•											
ERWACHSENE	Ab Jahrgang 1970 und jünger, wenn keine oder nur eine MMR dokumentiert ist									•	•	•				
	Ab dem 60. Lebensjahr							•								•

# Impfcheck

Ist mein Impfstatus noch aktuell?  
Testen Sie sich selbst:

- |   | Ja                    | nein/weiß nicht       |
|---|-----------------------|-----------------------|
| 1. Haben Sie einen Impfpass?  | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 2. Wissen Sie, wo er sich befindet?   | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 3. Wurden Sie in den letzten 10 Jahren gegen Tetanus oder Diphtherie geimpft? | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 4. Wissen Sie, wann Sie gegen Keuchhusten geimpft wurden?                     | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 5. Wissen Sie, ob Sie gegen Masern geimpft sind?                              | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |

Wenn Sie mindestens eine Frage mit „nein/weiß nicht“ beantwortet haben, sprechen Sie mit Ihrem Arzt und lassen Sie Ihren Impfschutz überprüfen.

Auch wenn Folgendes auf Sie zutrifft, sollten Sie sich über sinnvolle Impfungen beraten lassen:

- Sie sind 60 Jahre oder älter (auch das Immunsystem „alter“).
- Sie unternehmen häufiger Fernreisen.
- Sie planen eine Schwangerschaft.
- Sie haben engen Kontakt zu Säuglingen.
- Sie arbeiten in einem medizinischen Beruf, einer Einrichtung mit umfangreichem Publikumsverkehr, einer Kindertagesstätte, einem Senioren- oder Pflegeheim.
- Sie haben eine gestörte Infektabwehr.
- Sie nehmen Medikamente, die das Immunsystem negativ beeinflussen, z.B. Cortison-Präparate.
- Sie hatten eine Chemotherapie oder haben Krebs.
- Sie haben Störungen im blutbildenden System.
- Sie haben mehr als 20 Prozent Übergewicht.
- Sie rauchen viel.