

# Schutzimpfungen

## Mehrsprachiger Impfwegweiser



**MiMi**

Das Gesundheitsprojekt  
Mit Migranten  
für Migranten

  
**sanofi pasteur MSD**  
impfstoffe fürs leben

*Ethno-  
Medizinisches  
Zentrum e.V.*



# Impressum

Schutzimpfungen – mehrsprachiger Impfwegweiser  
Mehrsprachiger Wegweiser zum Thema Impfen für  
Migrantinnen und Migranten in Deutschland

Kooperationspartner Sanofi Pasteur MSD GmbH  
Alexanderufer 3, 10117 Berlin-Mitte | Deutschland  
www.spmsd.de

Herausgeber: Ethno-Medizinisches Zentrum e.V.  
Königstraße 6, 30175 Hannover | Deutschland  
ethno@onlinehome.de  
www.ethnomed.com

Redaktion: Sanofi Pasteur MSD GmbH,  
Dipl.-Sowi. Ramazan Salman, Dipl.-Sowi. Michael Kopel,  
Dipl.-Psych. Ahmet Kimil, Dipl.-Psych. Elena Kromm-Kostjuk  
(Ethno-Medizinisches Zentrum e.V.), Stephanie Knostmann

Wir danken darüber hinaus Regine Wölle (Sanofi Pasteur MSD GmbH)  
und Dr. Gerhard Pallasch (Kreisgesundheitsamt Stade) für die  
fachliche Unterstützung bei der Entstehung dieser Broschüre.

Lektorat/Gestaltung/Satz: Bernd Neubauer

Übersetzung: Dolmetscherservice Ethno-Medizinisches Zentrum e.V.

Abbildungsnachweise:

Abb 1: © Eckhard Fischer, Muldenstein

Abb 2: Cynthia Goldsmith, Centers for Disease Control (USA); ID 8243

Abb. 3–7: Ethno-Medizinisches Zentrum

Abb. 8: nach STIKO Epidemiologisches Bulletin, Heft 34 (2015)

Abb. 9: modifiziert nach Janeway CA et al. Immunobiology,  
6. Auflage (2005), Garland Science

Bildquellen: S. 1, 10, 12, 15, 27, 33 © Fotolia.com

Der vorliegende Wegweiser ist für eine breite Öffentlichkeit  
vorgesehen. Um die inhaltliche Richtigkeit zu gewährleisten,  
sind alle Rechte vorbehalten. Eine andere Verwendung als  
im gesetzlich festgelegten Rahmen bedarf der vorherigen  
schriftlichen Genehmigung durch die Redaktion.  
Bitte schreiben Sie uns.

Dieser Wegweiser ist in folgenden Sprachen erhältlich:  
Albanisch, Arabisch, Bulgarisch, Deutsch, Englisch, Französisch,  
Griechisch, Italienisch, Kurdisch, Persisch, Polnisch, Rumänisch,  
Russisch, Serbokroatisch, Spanisch, Türkisch

4. Auflage

Stand: September 2015



# Grußwort

Liebe Leserinnen und Leser,

eine gute gesundheitliche Versorgung von Migrantinnen und Migranten stellt ein zentrales Anliegen der Gesundheits- und Integrationspolitik der Bundesregierung dar. Konkrete und messbare Zielvorgaben, die in diesem Aktionsbereich zu einer Verbesserung beitragen, wurden im Nationalen Aktionsplan Integration der Bundesregierung festgelegt. Aktuell wird die gesundheitliche Versorgung von Migrantinnen und Migranten in einigen Bereichen als noch nicht ausreichend angesehen. Mangelnde Information und Aufklärung sowie Zugangsbarrieren im Gesundheitssystem werden als Hauptursachen benannt. In beiden Bereichen gibt es allerdings auch schon viele Fortschritte.

Der vorliegende mehrsprachige Impfwegweiser wird ein wichtiger Baustein in der gesundheitlichen Versorgung von Migrantinnen und Migranten in Deutschland sein. Der Schutz der öffentlichen Gesundheit gehört zu den grundgesetzlich festgelegten Aufgaben des Staates. Ein Grundpfeiler ist hierbei die Impfung der Bevölkerung. Nicht von ungefähr sind Schutzimpfungen ein Bestandteil des Leistungskatalogs der gesetzlichen Krankenversicherung. Hierzu arbeiten die Landesgesundheitsbehörden auf Basis der alljährlich erstellten Empfehlungen der Ständigen Impfkommission am Robert Koch-Institut einen im jeweiligen Bundesland gültigen Katalog mit öffentlich empfohlenen Impfungen aus.

Die Durchimpfungsrate der Bevölkerung ist ein wichtiges Indiz für die gesundheitliche Versorgung. Die Erhöhung der Durchimpfungsrate bei der Bevölkerung mit Migrationshintergrund, insbesondere bei Kindern und Jugendlichen, ist deshalb ein wichtiges Ziel des Nationalen Aktionsplans Integration. Die Impfbereitschaft ist insgesamt gut, oft mangelt es aber noch an Aufklärung und Information, die die Zielgruppe erreicht.

Das Ethno-Medizinische Zentrum widmet sich seit 1989 erfolgreich der kultursensiblen und migrationspezifischen Vermittlung von gesundheitspolitischen Themen. Die Gesundheitsmediatorinnen und Gesundheitsmediatoren des bundesweiten Projektes *Mit Migranten für Migranten* haben ihr Impfprojekt erfolgreich erprobt. Das Ethno-Medizinische Zentrum legt mit dem in 16 Sprachen verfassten Impfwegweiser einen zusätzlichen wichtigen Baustein für die gesundheitliche Versorgung von Migrantinnen und Migranten vor. Ich wünsche dem Impfwegweiser eine weite Verbreitung.

Hermann Gröhe  
Bundesminister für Gesundheit



# Vorwort

Liebe Leserinnen und Leser,

Migration bedeutet gelebte Mobilität. Die heutige globalisierte Gesellschaft ist Ausdruck der steigenden Möglichkeiten, mobil zu sein. Mit der rasanten Zunahme des internationalen Reiseverkehrs kommen immer mehr Menschen aus den unterschiedlichsten Erdregionen in Kontakt miteinander, so dass als Schattenseite dieses Austausches auch Krankheiten über große Distanzen weitergetragen werden und sich schneller als zuvor ausbreiten können. Im Kontext einer staatlichen Sorge um die öffentliche Gesundheit spielen gerade Impfungen eine herausgehobene Rolle: Sie schützen als vorbeugende Gesundheitsmaßnahmen nicht nur jeden einzelnen Bürger, sondern verhindern bei einer flächendeckenden Immunisierung der Bevölkerung die Ausbreitung bestimmter Krankheiten.

In diesem Zusammenhang werden Impflücken bei den in Deutschland lebenden Migranten beobachtet. So sind beispielsweise gerade Kinder, die in ihren Herkunftsländern geboren wurden und im Verlauf der ersten Lebensjahre nach Deutschland gekommen sind, bei der Einschulung öfters nur unvollständig geimpft. Einer der Hauptgründe für diesen Mangel stellt die vielfach anzutreffende unzureichende Kenntnis der deutschen Sprache dar, die sowohl die hier bereits langjährig Lebenden als auch die gerade Zugezogenen daran hindert, das vorhandene Angebot an Vorsorgeleistungen des deutschen Gesundheitssystems in Anspruch zu nehmen.

Wie Sie rasch feststellen werden, ist Impfen nicht nur ein Thema für Kinder – Impfungen gibt es für jedes Alter. Berücksichtigt man zudem, dass die Wirksamkeit und Sicherheit von Impfungen bisweilen kontrovers diskutiert wird und verunsichernde Fehlinformationen dazu kursieren, wird die Notwendigkeit einer bündigen und ausgewogenen Darstellung noch zwingender.

Wir hoffen, mit dem vorliegenden Wegweiser die vorhandenen Lücken beim Angebot muttersprachlicher Informationsmaterialien zum Thema Impfschutz möglichst weit zu schließen und auf diesem Wege einen Beitrag dazu zu leisten, dass sich die Impfteilhabe unter den Migranten dem Niveau der deutschen Mehrheitsbevölkerung angleicht.

Ramazan Salman

Geschäftsführer des Ethno-Medizinischen Zentrums/Gesamtleiter MiMi-Gesundheitsprojekt

# Inhalt

Erreger von Infektionskrankheiten und Übertragungswege .....	6
Die Grundlagen des Impfens und der Impfstoffe.....	10
Impfempfehlung und Kostenerstattung .....	11
Der STIKO-Impfkalender 2015.....	12
Zu Risiken und Nebenwirkungen des Impfens.....	14
Die gesellschaftliche Bedeutung des Impfens.....	16
Praktische Impffragen.....	17
Wichtige, durch Impfungen vermeidbare Erkrankungen .....	20
Die wichtigsten Fachbegriffe*.....	25
Die wichtigsten Fachadressen.....	28
Mein persönlicher Impfplan .....	32
Das Wichtigste in Kürze.....	34

\* Im Text sind einige Begriffe **farblich** herausgehoben. Sie finden diese ab Seite 25 im Kapitel „Die wichtigsten Fachbegriffe“ kurz erklärt.

# Erreger von Infektionskrankheiten und Übertragungswege

## Was löst Infektionskrankheiten aus?

Viele **Infektionskrankheiten** sind schon seit Jahrhunderten bekannt. Doch genaue Erkenntnisse über ihre Ursachen sind noch recht jung. Lange hatten die Menschen nur sehr ungenaue oder falsche Vorstellungen über diese Erkrankungen. Sie spiegeln sich teilweise noch heute in den Krankheitsnamen wider. Malaria zum Beispiel stammt aus dem Italienischen und bedeutet wörtlich übersetzt „schlechte Luft“.

Die meisten Infektionskrankheiten werden durch **Viren** und **Bakterien** ausgelöst.

## Bakterien

Unter Bakterien versteht man einzellige Lebewesen (Abb. 1), die so klein sind, dass man sie nicht mit dem bloßen Auge erkennen kann. Von den vielen zehntausend Bakterienarten, die bisher entdeckt wurden, lösen nur wenige bei Menschen Infektionskrankheiten aus. Unsere Haut, der Mund und der Dickdarm sind ständig von mehreren hundert Bakterienarten besiedelt. Viele dieser Bakterien erfüllen wichtige

Aufgaben und schützen zum Beispiel vor Pilzkrankungen.



Abb. 1: Computerdarstellung des Keuchhustenerregers – das Bakterium *Bordetella pertussis*

## Viren

Viren sind noch viel kleiner als Bakterien. In einem Stecknadelkopf würden etwa 8 Billionen Grippeviren (Abb. 2) Platz finden. Viren können in menschliche Zellen eindringen und diese zwingen, das Virus zu vermehren. Dabei werden die befallenen Zellen letztlich zerstört.

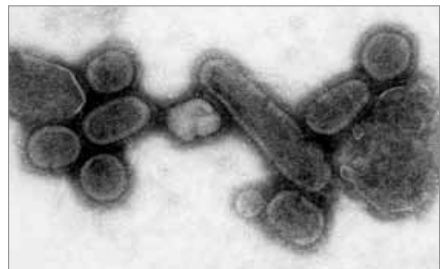


Abb. 2: Elektronenmikroskopische Aufnahme von Grippeviren

## Was ist eine Infektion?

Unter einer Infektion oder Ansteckung versteht man die Ansiedlung und Vermehrung von Erregern (z.B. Bakterien, Viren) im menschlichen Körper. Eine Infektion mit einem Erreger ist jedoch noch keine Erkrankung. Erst wenn eine Infektion sofort oder mit zeitlicher Verzögerung zu Krankheitserrscheinungen (Symptomen) wie z.B. Fieber, Unwohlsein oder Hautausschlag führt, ist aus der Infektion eine Infektionskrankheit geworden.

Infizierte können auch andere Menschen anstecken, ohne selbst erkrankt zu sein oder auch nur von der eigenen Infektion zu wissen. Darum breiten sich viele Infektionskrankheiten schnell aus.

## Wie werden Krankheitserreger übertragen?

Für eine Infektion ist der Übertragungs- bzw. Ansteckungsweg von großer Bedeutung. Nur wenn eine ausreichend große Anzahl von Erregern unbeschädigt in den Körper gelangt, kann es zu einer Infektionskrankheit kommen. Je nach Erreger und Erkrankung sind unterschiedliche Übertragungswege möglich.

### Tröpfcheninfektion

Beim Niesen, Husten, Sprechen und Atmen setzen wir Flüssigkeitstropfen frei, die Erreger enthalten können. Je nach Tröpfchengröße verbleiben diese unterschiedlich lange in der Luft und können von anderen eingeatmet werden (Abb. 3).

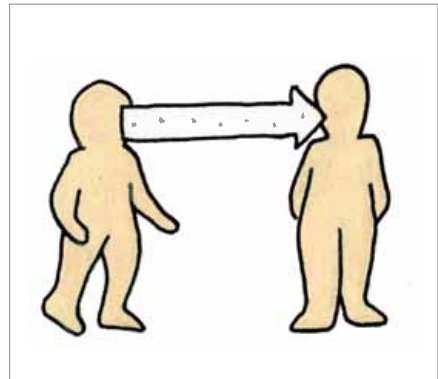


Abb. 3: Tröpfcheninfektion

### Fäkal-orale Übertragung

Einige Erreger werden mit dem Stuhl ausgeschieden und gelangen so in die Umgebung. Vor allem in Ländern mit niedrigeren Hygienestandards sind oft Erreger im Trinkwasser. Wer dieses Wasser trinkt, ungekochte Lebensmittel oder ungeschältes Obst isst, kann sich infizieren.

### Schmierinfektion

Noch häufiger ist die indirekte Übertragung, vor allem über Hände oder Gegenstände, die mit Ausscheidungen in Kontakt gekommen sind (Abb. 4). Viele Durchfallerreger sind extrem widerstandsfähig und bereits in kleinsten Mengen ansteckend.

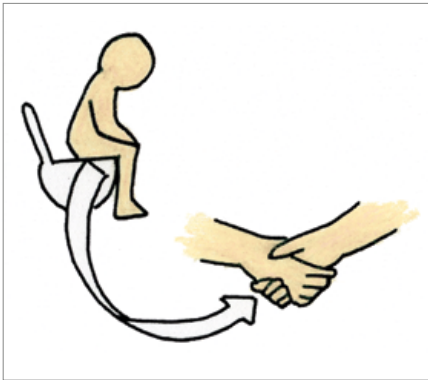


Abb. 4: Schmierinfektion – fäkal-orale Übertragung

### Kontaktinfektion

Einige Erreger werden durch Körperkontakt, zum Beispiel beim Küssen oder Geschlechtsverkehr, übertragen (Abb. 5). Indirekte Übertragungen über Handtücher oder Toilettenbrillen sind selten.

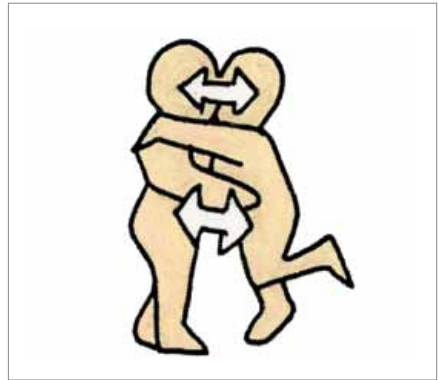


Abb. 5: Kontaktinfektion

### Übertragung durch Insekten und andere Lebewesen

Einige Krankheiten werden nicht oder nur selten direkt von Mensch zu Mensch übertragen, sondern benötigen einen Überträger. Meistens sind das Insekten. So infiziert sich im Falle des Gelbfiebers zunächst die Gelbfieberrücke am Blut eines infizierten Tieres. Sticht sie später einen Menschen, kann dieser ebenfalls mit Gelbfieber infiziert werden.



### Blut und andere Körperflüssigkeiten

Manche Erreger verbreiten sich über Blut (Abb. 6) oder andere Körperflüssigkeiten wie Speichel, Tränen, Sperma und Scheidenflüssigkeit. Enger körperlicher Kontakt spielt hier wie bei der Kontaktinfektion eine große Rolle. Bei der Infektion über den Blutweg spielen Blutübertragungen (Transfusionen) in Deutschland nur äußerst selten eine Rolle, da Blutkonserven streng kontrolliert werden. Viel häufiger ist eine Übertragung in der Schwangerschaft, weil der Blutkreislauf von Mutter und Kind eng verbunden ist.



Abb. 6: Übertragung auf dem Blutweg / Hier während der Schwangerschaft

### Wundinfektionen

Bei Verletzungen dringen häufig Erreger in die Wunde ein (Abb. 7). Nicht immer spielt die Größe der Wunde dabei die entscheidende Rolle. Wer sich z. B. am Stachel einer Rose sticht, kann an Wundstarrkrampf erkranken, auch wenn die Wunde winzig klein ist.

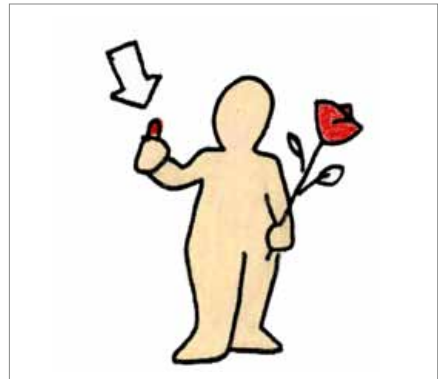


Abb. 7: Wundinfektion

# Die Grundlagen des Impfens und der Impfstoffe

## Was ist eine Impfung und wie funktioniert sie?

Impfungen machen Menschen unempfindlicher gegenüber besonders gefährlichen Erregern – insbesondere Bakterien und Viren. Sie können vor Krankheiten und somit vor schweren Komplikationen wie körperlichen oder geistigen Behinderungen, manchmal sogar vor dem Tod schützen.

Sind sehr viele Menschen gegen bestimmte Infektionskrankheiten geimpft, können sich diese auch nicht mehr in der Bevölkerung verbreiten. Aufgrund des vorbeugenden Charakters der Impfungen spricht man oft von Schutzimpfungen. Zurzeit sind in Deutschland Impfungen zum Schutz vor rund 25 Infektionskrankheiten verfügbar.

## Das Prinzip einer Impfung ist recht

**einfach:** Abgeschwächte oder abgetötete Erreger oder ihre Bestandteile werden als Impfstoff verabreicht. Das körpereigene Abwehrsystem reagiert darauf genauso wie auf „normale“ Krankheitserreger, indem es zu Abwehrzwecken **Antikörper** und **Abwehrzellen** sowie entsprechende Gedächtniszellen bildet.

Bei Kontakt mit dem echten Erreger schützen diese Antikörper sofort. Die Gedächtniszellen sorgen für einen langfristigen Schutz vor dem Erreger.

Impfungen sind hochwirksam. Dennoch kann keine Impfung alle Geimpften zu 100 Prozent vor der jeweiligen Erkrankung schützen.

## Wie werden Impfstoffe verabreicht?

Impfstoffe können auf unterschiedliche Weise verabreicht werden. Die meisten Impfstoffe werden durch eine Spritze entweder in den Muskel, in das Unterhautfettgewebe oder in die Haut gegeben. Einige wenige Impfstoffe werden als Schluckimpfung verabreicht.



# Impfempfehlung und Kostenerstattung

## Wer trifft die Entscheidungen, wogegen und wann geimpft werden soll?

In Deutschland besteht keine Impfpflicht. Ob man nach Aufklärung durch den Arzt das Angebot zu einer bestimmten Impfung für sich oder sein Kind nutzt, ist die freie Entscheidung jedes Einzelnen.

Mit der Frage, welche Impfungen für wen und wann sinnvoll sind, beschäftigt sich die Ständige Impfkommision (kurz: **STIKO**) am Robert Koch-Institut (RKI). Die Mitglieder der STIKO sind Ärzte und andere Experten, die vom Bundesgesundheitsministerium berufen werden.

Die Mitgliedschaft in der STIKO ist ein persönliches Ehrenamt. Die Mitglieder sind zu unparteiischer Erfüllung ihrer Aufgaben verpflichtet.

Die STIKO erarbeitet die jährlich aktualisierten Impfempfehlungen, insbesondere den **Impfkalender** (Abb. 8, siehe Seite 12/13). Dieser beschreibt, welche Impfungen als so genannte **Standardimpfungen** in welchem Alter sinnvoll sind. Daneben werden auch berufsbedingte Impfungen, die **Indikationsimpfungen** sowie **Reiseimpfungen** beschrieben und empfohlen.

Diese sind zusammen mit den Begründungen der Empfehlungen auf den Internet-Seiten des Robert Koch-Instituts (<http://www.rki.de>) zu finden.

Die Empfehlungen der STIKO bilden die Grundlage für die **Schutzimpfungsrichtlinie** des Gemeinsamen Bundesausschusses

(G-BA) der Ärzte, Zahnärzte, Psychotherapeuten, Krankenhäuser und Krankenkassen in Deutschland.

Die Schutzimpfungsrichtlinie legt verbindlich fest, welche Impfungen Pflichtleistungen aller gesetzlichen Krankenkassen sind. Diese sind damit für die Versicherten kostenlos. Reiseimpfungen (mit Ausnahme der Impfung gegen die Kinderlähmung) und berufsbedingte Impfungen (diese werden vom Arbeitgeber übernommen) müssen von den Kassen nicht erstattet werden. Die Schutzimpfungsrichtlinie legt auch fest, dass versäumte oder unterlassene Standardimpfungen bis zum Tag vor dem 18. Geburtstag als Nachholimpfungen von den Kassen bezahlt werden.

# Der STIKO-Impfkalender 2015

## Was ist ein Impfkalender?

Der Impfkalender der STIKO listet sämtliche Standardimpfungen auf, die für ein bestimmtes Lebensalter empfohlen werden. Die Impfungen sollten zum frühestmöglichen Zeitpunkt erfolgen.



## Der STIKO-Impfkalender 2015

(siehe nebenstehende Abb. 8, Seite 13)

Das empfohlene Impfalter wird in Wochen, Monaten und Jahren angegeben. Beispiel: Impfung im Alter von 9–14 Jahren: d.h. vom 9. Geburtstag bis zum Tag vor dem 15. Geburtstag.

## Erläuterungen

G	Grundimpfung
A	Auffrischimpfung
S	Standardimpfung
N	Nachholimpfung
a	Frühgeborene erhalten eine zusätzliche Impfdosis im Alter von 3 Monaten, d.h. insgesamt 4 Dosen.
b	Die 1. Impfung sollte bereits ab dem Alter von 6 Wochen erfolgen, je nach verwendetem Impfstoff sind 2 bzw. 3 Dosen im Abstand von mindestens 4 Wochen erforderlich.
c	Bei Anwendung eines monovalenten Impfstoffes kann diese Dosis entfallen.
d	Standardimpfung für Mädchen im Alter von 9–13 bzw. 9–14 Jahren (je nach verwendetem Impfstoff) mit 2 Dosen im Abstand von 6 Monaten, bei Nachholimpfung im Alter > 13 bzw. > 14 Jahren oder bei einem Impf-abstand von < 6 Monaten zwischen 1. und 2. Dosis ist eine 3. Dosis erforderlich.
e	Auffrischung jeweils 10 Jahre nach der letzten vorangegangenen Dosis. Die nächste fällige Td (= Tetanus und Diphtherie)-Impfung einmalig als Tdap (= Tetanus, Diphtherie und Pertussis)- bzw. bei entsprechender Indikation als Tdap-IPV (= Poliomyelitis)-Kombinationsimpfung.
f	Einmalige Impfung für alle nach 1970 geborenen Personen $\geq$ 18 Jahre mit unklarem Impfstatus, ohne Impfung oder mit nur einer Impfung mit einem MMR (= Masern, Mumps und Röteln)-Impfstoff.

Impfung	Alter in Wochen	Alter in Monaten						Alter in Jahren				
		2	3	4	11-14	15-23	2-4	5-6	9-14	15-17	ab 18	ab 60
Wundstarrkrampf	6	G1	G2	G3	G4	N	N	A1	A2			A (ggf. N) <sup>e</sup>
Diphtherie		G1	G2	G3	G4	N	N	A1	A2			A (ggf. N) <sup>e</sup>
Keuchhusten		G1	G2	G3	G4	N	N	A1	A2			A (ggf. N) <sup>e</sup>
H. Influenzae Typ b (Hib)		G1	G2 <sup>c</sup>	G3	G4	N	N					
Kinderlähmung		G1	G2 <sup>c</sup>	G3	G4	N	N	N	A1			ggf. N
Hepatitis B		G1	G2 <sup>c</sup>	G3	G4	N	N	N				
Pneumokokken <sup>a</sup>		G1		G2	G3	N						S
Rotaviren	G1 <sup>b</sup>	G2	(G3)									
Meningokokken C					G1 (ab 12 Monaten)			N				
Masern/Mumps/Röteln					G1	G2		N				sf
Windpocken					G1	G2		N				
Grippe												S (jährliche Impfung)
Humane Papillomviren (HPV)									G1 <sup>d</sup>	G2 <sup>d</sup>	N <sup>d</sup>	

(Modifiziert nach STIKO-Impfkalender 2015.)

# Zu Risiken und Nebenwirkungen des Impfens

## Wer genehmigt und überwacht Impfstoffe?

Wer sich zum Thema Impfen informieren möchte, stellt schnell fest, dass dazu viele, oft widersprüchliche und zum Teil falsche Aussagen im Umlauf sind. Die Vertrauenswürdigkeit der Quellen ist vor allem für Laien kaum zu beurteilen. Vor allem Aussagen zur Sicherheit von Impfstoffen führen manchmal zu großer Verunsicherung und zur Ablehnung von Impfungen. Fakt ist, dass ein Impfstoff in Deutschland nur dann zugelassen wird, wenn nachgewiesen ist, dass er sicher und wirksam ist. Diesen Nachweis müssen die Hersteller in Wirksamkeits- und Sicherheitsstudien mit in der Regel vielen tausend Teilnehmern erbringen.

Nationale und internationale Behörden führen die Aufsicht. In Deutschland ist das staatliche Paul-Ehrlich-Institut (PEI) als oberste Bundesbehörde für die Zulassung und Überwachung von Impfstoffen zuständig.

Mit Hilfe der Sicherheitsstudien können viele, wenngleich nicht alle, Nebenwirkungen bereits vor der Zulassung erfasst werden. Darüber hinaus muss jede einzelne Impfstoffcharge von der staatlichen Behörde freigegeben werden. Bei keiner anderen Medikamentengruppe sind die Sicherheitsanforderungen so hoch wie bei Impfstoffen.

## Welche Nebenwirkungen können Impfstoffe hervorrufen?

Wie schon erklärt, werden beim Impfen die Körperabwehrkräfte durch abgeschwächte oder tote Erreger bzw. Erregerbestandteile angeregt. Es werden die Prozesse nachgeahmt, die im Körper auch beim Kontakt mit dem Erreger ablaufen würden. Nach einer Impfung kommt es daher zu einer völlig normalen und erwünschten Entzündungsreaktion.

Damit verbunden sind bisweilen zumeist harmlose Unannehmlichkeiten für den Geimpften.

An der Injektionsstelle kommt es relativ häufig zu einer mehr oder minder ausgeprägten Rötung oder Schwellung. Manchmal auch zu Muskelschmerzen im Bereich der Einstichstelle. Zudem kann es zur Schwellung der Lymphknoten, zu Fieber, Kopfschmerzen, Übelkeit sowie Abgeschlagenheit und Schläfrigkeit kommen.

Bei **Lebendimpfstoffen** wie z. B. Masernimpfstoffen tritt darüber hinaus in etwa 5 Prozent der Fälle eine so genannte Impfkrankheit auf. Es handelt sich dabei um eine abgeschwächte, harmlose Nachahmung der zu verhütenden Krankheit.

Üblicherweise sind die Nebenwirkungen leicht und verschwinden in ein bis drei Tagen von selbst. Nur selten geht eine Nebenwirkung über dieses Maß deutlich hinaus und wird dann als **Impfkomplikation** bezeichnet.

Impfkomplikationen sind meldepflichtig, d. h., der impfende Arzt muss solche Impfkomplikationen an das zuständige Gesundheitsamt melden.

Seit dem 02.10.2012 können und sollen Patienten vermutete Nebenwirkungen eines Arzneimittels ihrem Arzt, Apotheker oder der zuständigen Arzneimittelbehörde melden. Unter der Adresse <https://verbraucher-uaw.pei.de> wurde eine entsprechende Seite zur Meldung von unerwünschten Arzneimittelwirkungen bzw. von Impfreaktionen eingerichtet.

In sehr seltenen Fällen können Unverträglichkeitsreaktionen auftreten. Vor einer Impfung sollten Sie mit dem Arzt klären, ob **Allergien** gegen Impfstoffbestandteile bekannt sind. Darüber, aber auch über die Vorteile, über mögliche Risiken und seine Erfahrungen mit der geplanten Impfung sollte der Arzt mit Ihnen vor der Impfung ein Gespräch führen. Nutzen Sie dieses Angebot, um bestehende Fragen oder Unsicherheiten zu klären!

### **Was passiert bei Impfschäden?**

Der Begriff **Impfschaden** wird in der öffentlichen Diskussion sehr häufig fälschlicherweise mit einer Nebenwirkung gleichgesetzt. Bei den bereits beschriebenen vorübergehenden Nebenwirkungen handelt es sich jedoch nicht um Impfschäden.

Ein Impfschaden liegt vor, wenn es als Folge einer Impfung zu einem bleibenden ge-



sundheitlichen oder einem wirtschaftlichen Schaden kommt und die Impfung hierfür verantwortlich gemacht werden kann.

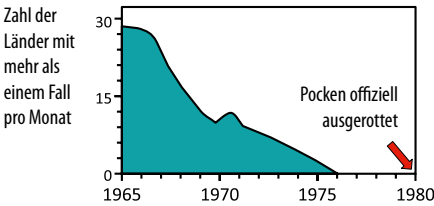
Im Falle einer **öffentlich empfohlenen Impfung** hat der Geschädigte dann Anspruch auf staatliche Versorgungsleistungen. Impfschäden sind extrem selten. Die Wahrscheinlichkeit liegt unter einem Fall pro einer Million Impfungen. Die Gefahr ist also etwa genauso groß wie die, vom Blitz getroffen zu werden.

# Die gesellschaftliche Bedeutung des Impfens

In Deutschland ist die durchschnittliche Lebenserwartung in den vergangenen 100 Jahren um mehr als 40 Jahre angestiegen und hat sich damit mehr als verdoppelt. Dies wurde im Wesentlichen durch drei Veränderungen bewirkt: durch sauberes Trinkwasser, eine verbesserte Hygiene und durch Impfungen. Die verbesserte medizinische Versorgung spielt im Vergleich dazu nur eine kleine Rolle.

Die positiven Auswirkungen systematischer Impfungen sind gut belegt. In Abb. 9 wird ihre Wirksamkeit an den Beispielen der Pocken und Kinderlähmung dargestellt.

## Pocken



## Kinderlähmung

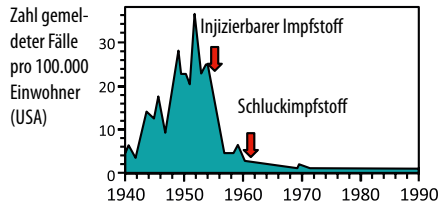


Abb. 9: Die Auswirkungen von Impfungen. Am Beispiel der Pocken und der Kinderlähmung (Poliomyelitis) zeigt sich der dramatische Effekt von Impfungen auf die Fallzahlen. Am erfolgreichsten war bis jetzt die Pockenimpfung. Dank ihr konnten die Pocken 1980 durch die Weltgesundheitsorganisation (WHO) weltweit für ausgerottet erklärt werden.



# Praktische Impffragen

Impfungen werfen häufig Fragen auf. Einige wichtige Fragen wollen wir hier kurz besprechen. Unabhängig davon empfehlen wir, dass Sie sich bei Fragen zu den einzelnen Impfungen, zu deren Notwendigkeit und möglichen Risiken an Ihren Arzt wenden.

Ihr Arzt ist verpflichtet, Sie vor der Impfung zu beraten und aufzuklären. Nutzen Sie diese Möglichkeit!

## Welcher Arzt impft?

Prinzipiell darf jeder zugelassene Arzt impfen. Nicht jeder Arzt darf jedoch Impfungen auch bei den Krankenkassen abrechnen. Bei Haus- und Kinderärzten ist dies aber praktisch überall der Fall. Auch Frauenärzte sind häufig zur Impfung berechtigt.

## Muss ich mich auf Impfungen vorbereiten?

Nein, es ist keine besondere Vorbereitung notwendig. Allerdings sollten Sie unbedingt Ihren **Impfausweis**, auch **Impfbuch** oder **Impfpass** genannt, zum Impftermin mitbringen. Ebenso wenn Sie erstmals zu einem neuen Arzt gehen. Wenn Sie Ihr Impfbuch verloren haben oder noch keines besitzen, kann Ihnen Ihr Arzt ein neues Dokument ausstellen.

Kinder und Jugendliche unter 16 Jahren benötigen die Einwilligung der Eltern zur Impfung. Danach können sie selbst entscheiden. Wenn Sie Fragen zur Impfung haben, sollten Sie sich diese notieren, damit Sie sie mit dem Arzt klären können.

## Was kostet mich die Impfung?

Derzeit sind alle von der STIKO empfohlene Impfungen für die Versicherten **kostenlos**. Es fällt auch keine Zuzahlung für den Impfstoff an.

Berufsbedingte Impfungen muss Ihr Arbeitgeber übernehmen. Lediglich empfohlene Reiseimpfungen – außer der Impfung gegen Kinderlähmung – sind keine Pflichtleistung der Kassen. Viele Kassen erstatten jedoch auf freiwilliger Basis die Reiseimpfungen, ebenso die HPV-Impfung für über 18-Jährige oder die Gripeschutzimpfung für unter 60-Jährige ganz oder teilweise. Informieren Sie sich vorab bei Ihrer Krankenkasse und Ihrem Arzt.

## Wann darf geimpft werden und wann nicht?

Es gibt nur wenige medizinische Gründe, eine empfohlene Impfung nicht durchzuführen oder zu verschieben. Die beiden wichtigsten sind eine akut behandlungsbedürftige Infektionskrankheit oder eine Allergie gegen einen Bestandteil des Impfstoffs. Infekte mit Fieber bis 38,5 °C – wie sie vor allem bei Kleinkindern sehr häufig sind – sind kein Hinderungsgrund für eine Impfung.

Leider werden häufig auch Menschen mit **chronischen** Krankheiten wie Zuckerkrankheit (Diabetes), Asthma und Herz-Kreislauf-Erkrankungen nicht geimpft, aus Angst, ihnen dadurch zu schaden.

Doch gerade chronisch kranke Patienten profitieren am meisten von Impfungen, da ihr körpereigenes Abwehrsystem häufiger schwächer als das eines Gesunden ist und sie somit anfälliger für Infektionskrankheiten sind. Fragen Sie im Zweifel Ihren Arzt.

### **Wogegen sollte ich geimpft sein?**

Orientieren Sie sich an den Empfehlungen der STIKO (siehe auch Impfkalendar, Abb. 8). Wenn die für Kinder oder Jugendliche empfohlenen Impfungen ganz oder teilweise fehlen, sollten diese möglichst vor dem 18. Geburtstag nachgeholt werden, denn auch diese Nachholimpfungen sind vor dem 18. Geburtstag eine Pflichtleistung der gesetzlichen Krankenkasse und damit **kostenlos**.

Der Impfkalendar bildet die Standardimpfungen ab. Je nach Lebensumständen gibt es weitere sinnvolle Impfungen (**Indikationsimpfung**).

Viele Krankenkassen übernehmen die Kosten für diese Impfungen, wie auch für viele Reiseimpfungen, ganz oder teilweise.

Erfahrungsgemäß ist es für Laien schwierig, den Überblick über alle empfohlenen Impfungen zu behalten. Wir empfehlen Ihnen daher, in regelmäßigen Abständen – am besten einmal jährlich – mit Ihrem Arzt in Ihr Impfbuch zu schauen.

Vor geplanten Fernreisen sollten Sie sich mindestens sechs Wochen vorher über notwendige Reiseimpfungen informieren.

### **Was ist bei Kinderwunsch, Schwangerschaft und Stillzeit zu beachten?**

Alle Frauen im gebärfähigen Alter, aber vor allem Frauen mit konkretem Kinderwunsch, sollten möglichst frühzeitig ihren Röteln- und Windpockenschutz überprüfen lassen, da diese Erreger bei Ungeborenen zu schweren Fehlbildungen oder zum Tod des Ungeborenen führen können. Auch ein ausreichender Keuchhustenschutz ist wichtig.

Während der Schwangerschaft sollten nur unbedingt erforderliche Impfungen stattfinden, um Risiken für das Kind zu vermeiden. Die Grippeimpfung wird sogar ausdrücklich für Schwangere empfohlen.

Für Schwangere ohne ausreichenden Impfschutz ist es besonders wichtig, dass die Menschen in ihrer Umgebung geimpft sind. Dadurch wird vermieden, dass diese die Schwangere anstecken und damit die werdende Mutter und das Kind gefährden. Auch hier gilt: Wenn möglich, sollte der Impfstatus auch der Familienangehörigen vor Beginn einer Schwangerschaft entsprechend den Vorgaben des STIKO-Impfkaltenders (Abb. 8) vervollständigt werden. In der Stillzeit müssen beim Impfen keine besonderen Vorsichtsmaßnahmen eingehalten werden.

### **Wie verhalte ich mich nach der Impfung?**

Nach einer Impfung sind keine besonderen Verhaltensregeln einzuhalten. Allerdings können eine gewisse Energielosigkeit oder auch Fieber dazu führen, dass Sie ein bis

drei Tage lang weniger leistungsfähig sind. Daher sollten Sie direkt nach der Impfung auf sportliche Höchstleistungen verzichten. Bei Fieber können fiebersenkende Mittel eingesetzt werden. Gegen Schwellungen helfen Kühlung und Schonung. Fragen Sie bei Unsicherheit immer Ihren behandelnden Arzt.

### Welche Reiseimpfungen brauche ich?

Auf den Webseiten des Centrums für Reisemedizin (<http://www.crm.de> oder <http://www.impfkontrolle.de>), der Deutschen Gesellschaft für Tropenmedizin (<http://dtg.org>) und des Bernhard-Nocht-Instituts (<http://www.gesundes-reisen.de>) finden Sie aktuelle Gesundheitsinformationen zu vielen Ländern, einschließlich der jeweiligen Impfempfehlungen. Beachten Sie bei Reiseimpfungen bitte folgende zwei Punkte:

### Beginnen Sie rechtzeitig !

Bei vielen Impfungen sind mindestens sechs bis acht Wochen notwendig, um einen ausreichenden Impfschutz aufzubauen. Werden die für die Einreise in manche Länder vorgeschriebenen Impfungen gegen Gelbfieber- oder Meningokokken-Erkrankungen zu kurzfristig vor der Reise verabreicht, werden diese vom Einreiseland nicht anerkannt, so dass Sie vielleicht nicht einreisen dürfen (Tab. 1)!

### Klären Sie die Kostenerstattung !

Mit Ausnahme der Impfung gegen Kinderlähmung ist keine Reiseimpfung Pflichtleistung der Krankenkassen. Klären Sie rechtzeitig, ob Ihre Kasse die Kosten erstattet.

Impfung gegen	Impfung spätestens	Impfung gültig bis	Bemerkung
Gelbfieber	10 Tage vor Einreise	Lebenslang*	Impfung nur durch zertifizierte Gelbfieberimpfstellen
Meningokokken	10 Tage vor Einreise	3 Jahre nach Impfung	Meist ein Kombinationsimpfstoff gegen die Typen A, C, W135, Y

Tab. 1: Informationen zu vorgeschriebenen Reiseimpfungen gegen Gelbfieber und Meningokokken. Einige Länder verlangen für die Einreise den Nachweis einer Impfung gegen Gelbfieber und/oder Meningokokken-Erkrankungen (Internationales Impfbuch). Bisweilen können weitere Impfungen (z. B. Grippeimpfung) verlangt werden. Informieren Sie sich rechtzeitig.

\* Einige Länder verlangen von Reisenden jedoch weiterhin den Nachweis einer Gelbfieber-Wiederimpfung, wenn deren Gelbfieber-Impfzertifikat älter als zehn Jahre ist. Es sind deshalb die Einreisebestimmungen der einzelnen Länder zu beachten.

# Wichtige, durch Impfungen vermeidbare Erkrankungen

## Diphtherie

---

Erreger	<i>Corynebacterium diphtheriae</i>
Übertragungsweg	Tröpfcheninfektion oder direkter Körperkontakt
Krankheitsbild	Fieber, Unwohlsein, Halsschmerzen und -schwellung, typischer weißlicher Belag im Rachenraum, Atem- und Schluckbeschwerden
Komplikationen	Verschluss der Atemwege, Schädigung des Herzmuskels, Schädigung von Nieren und Leber, Lähmungserscheinungen

## Haemophilus influenzae Typ b (Hib)

---

Erreger	Bakterium <i>Haemophilus influenzae</i> Typ b
Übertragungsweg	Tröpfcheninfektion
Krankheitsbild	Hohes Fieber
Komplikationen	Eitrige Hirnhautentzündung, Krampfanfälle und bleibende Hirnschäden oder Kehleckenentzündung mit Atemnot und Erstickungsanfällen, Blutvergiftung, Lungenentzündung

## Hepatitis B

---

Erreger	Hepatitis-B-Virus (HBV)
Übertragungsweg	Blut (Geburt!) und andere Körperflüssigkeiten, Sexualverkehr
Krankheitsbild	Oft Gelbfärbung der Haut, Dunkelfärbung des Urins, Lebervergrößerung, unspezifische Beschwerden
Komplikationen	Chronischer Verlauf, der zu Leberschrumpfung (Zirrhose) oder Leberkrebs führen kann



Wenn Sie mehr über den Nutzen von Impfungen wissen möchten, empfehlen wir die online abrufbare Sammlung des Deutschen Grünen Kreuzes „Infektionserreger von A bis Z“. Außerdem ist Ihr Arzt mit Krankheitsbildern, den Vorteilen und möglichen Risiken von Impfungen sowie den aktuellen STIKO-Empfehlungen vertraut und kann mit Ihnen das für Sie beste Vorgehen besprechen. **Lassen Sie sich beraten!**

## Humane Papillomviren (HPV)

---

Erreger	Verschiedene humane Papillomviren (HPV)
Übertragungsweg	Kontaktinfektion durch direkten Haut- oder Schleimhautkontakt, meist bei Sexualkontakten
Krankheitsbild	Krankhafte Veränderungen am Gebärmutterhals verursachen meist keine Schmerzen oder andere Beschwerden. Symptome treten meist erst dann auf, wenn der Krebs bereits ein fortgeschrittenes Stadium erreicht hat.
Komplikationen	
Frauen	Gebärmutterhalskrebs, Scheidenkrebs, Krebs des Scheidenvorhofes
Männer	Peniskrebs
Beide Geschlechter	Genitalwarzen, Analkrebs, Krebserkrankungen im Kopf-Halsbereich

## Echte Grippe (Influenza)

---

Erreger	Influenza-Viren
Übertragungsweg	Tröpfcheninfektion
Krankheitsbild	Plötzliches hohes Fieber, Kopf-, Hals-, Muskel- und Gliederschmerzen, Husten, Bronchitis
Komplikationen	Lungenentzündung, Entzündung des Herzmuskels, Entzündung der Nasennebenhöhlen, Entzündung des Nervensystems; Verschlechterung chronischer Grunderkrankungen

## Keuchhusten (Pertussis)

---

Erreger	Bakterium <i>Bordetella pertussis</i>
Übertragungsweg	Tröpfcheninfektion
Krankheitsbild	Über Wochen andauernde, anfallsartige Hustenattacken, teilweise mit Atemnot, Erbrechen, Erstickungsanfällen (bei Säuglingen z.T. „stiller Husten“)
Komplikationen	Mittelohrentzündung, Lungenentzündung, Krampfanfälle, Einblutungen; vor allem bei Säuglingen: bleibende Hirnschäden, Atemstillstand

### **Kinderlähmung (Poliomyelitis, „Polio“)**

---

Erreger	Polio-Viren
Übertragungsweg	Schmierinfektion
Krankheitsbild	Häufig ohne Symptome. Bei leichten Verlaufsformen: unspezifische Symptome mit Fieber, Hals-, Muskel- und Kopfschmerzen. Bei schwerem Verlauf: zusätzlich Nackensteifigkeit und Rückenschmerzen
Komplikationen	Lähmungserscheinungen der Arme, Beine oder Atemmuskulatur, Lähmung von Darm und Blase

### **Masern**

---

Erreger	Masern-Virus
Übertragungsweg	Tröpfcheninfektion
Krankheitsbild	Fieber, Schnupfen, Bindehautentzündung, Entzündungen im Hals-Rachen-Raum, typischer roter Ausschlag am ganzen Körper; bisweilen Durchfall
Komplikationen	Mittelohr- und Lungenentzündung, Gehirnentzündung, fortschreitende Gehirnzerstörung (SSPE), Hornhautnarben am Auge

### **Meningokokken-Erkrankungen**

---

Erreger	Bakterien der Art <i>Neisseria meningitidis</i>
Übertragungsweg	Tröpfcheninfektion
Krankheitsbild	Leichter Verlauf: Infektion der Atemwege, Hautausschlag
Komplikationen	Hohes Fieber, Ausschlag mit Hautblutungen, Schocksymptome, Hirnhautentzündung (Meningitis), Blutvergiftung, Koma

## Mumps

---

Erreger	Mumps-Virus
Übertragungsweg	Tröpfcheninfektion
Krankheitsbild	Kopfschmerzen, Entzündung der (Ohr-)Speicheldrüsen, Fieber
Komplikationen	Hirnhaut- und Gehirnentzündung, bleibende Hörschäden, Beeinträchtigung der Fruchtbarkeit durch Hoden- bzw. Eierstockentzündung

## Pneumokokken-Erkrankungen

---

Erreger	Bakterien der Art <i>Streptococcus pneumoniae</i>
Übertragungsweg	Tröpfcheninfektion
Krankheitsbild	Fieber, Husten, Mittelohr- und Nasennebenhöhlenentzündung
Komplikationen	Lungenentzündung, eitrige Hirnhautentzündung, Blutvergiftung

## Rotavirus-Erkrankungen

---

Erreger	Rotaviren
Übertragungsweg	Schmierinfektion
Krankheitsbild	Oft plötzlicher Beginn; Durchfälle und Erbrechen, Fieber
Komplikationen	Schwere Durchfälle und Erbrechen bei Kleinkindern; kann unbehandelt, aufgrund von Flüssigkeitsverlust, kompliziert und schwer verlaufen

## Röteln

---

Erreger	Röteln-Virus
Übertragungsweg	Tröpfcheninfektion; Blut (Schwangerschaft!)
Krankheitsbild	Oft auch ohne Symptome (aber dennoch für andere – Risiko vor allem für Schwangere ohne bisherige Erkrankung oder Impfung – ansteckend!); Verlauf: Fieber, grippeartige Symptome, hellroter, feinfleckiger Hautausschlag
Komplikationen	Fehlbildung des Ungeborenen (bei Infektion der Mutter in der Schwangerschaft, vor allem Auge, Ohr, Herz und Gehirn), Frühgeburt; Gelenkentzündung, Gehirn- oder Lungenentzündung

## Windpocken (Varizellen)

---

Erreger	Varicella-Zoster-Virus; Erreger verursacht sowohl Windpocken (Ersterkrankung) als auch evtl. später Gürtelrose ( <i>Herpes zoster</i> )
Übertragungsweg	Tröpfcheninfektion; direkter Kontakt; Blut (Schwangerschaft!)
Krankheitsbild	Fieber, Kopf- und Gliederschmerzen, Übelkeit und juckender Hautausschlag mit Bläschen
Komplikationen	Bakterielle Entzündungen der Haut an aufgekratzten Bläschen, Lungenentzündung, Entzündungen des Gehirns, des Kleinhirns oder der Hirnhäute, Missbildungen des Ungeborenen bei Erkrankung der Mutter während der Schwangerschaft. Schwerer Verlauf beim Neugeborenen bei Infektion der Mutter um den Geburtszeitpunkt

## Wundstarrkrampf (Tetanus)

---

Erreger	Bakterium <i>Clostridium tetani</i>
Übertragungsweg	Über offene, auch kleinste Wunden. Verschmutzte Wunden sind besonders gefährlich, da der Erreger überall in der Erde vorkommt.
Krankheitsbild	Krämpfe der Kau- und Gesichtsmuskulatur, später Krämpfe am ganzen Körper
Komplikationen	Lungenentzündung, Lähmung der Atemmuskulatur, Knochenbrüche, Herzkammerflimmern, Herzstillstand



# Die wichtigsten Fachbegriffe

## Abwehrzellen

Für die Immunabwehr sind zahlreiche Zell-Typen und ihr kompliziertes Zusammenspiel von großer Bedeutung. Man fasst diese Zellen oft als Abwehrzellen zusammen.

## Allergie

Eine Unverträglichkeitsreaktion gegen einen Stoff. Es kann zu unterschiedlichen Reaktionen des Körpers kommen. Neben einer Hautreaktion kann es im ungünstigsten Fall zu einem allergischen Schock – einem lebensbedrohenden Kreislaufversagen – kommen.

## Antikörper

Antikörper sind Abwehrstoffe des Körpers, die das Immunsystem nach dem Kontakt mit einem Krankheitserreger oder nach einer Impfung gegen diesen Erreger bildet.

## Auffrischimpfung

Erneute Impfung, die in einem bestimmten zeitlichen Abstand nach der **Grundimmunisierung** erfolgt, um das Immunsystem erneut anzuregen und so die Antikörperkonzentration wieder zu erhöhen.

## Bakterium

Einzelliger Mikroorganismus ohne Zellkern, aber mit eigenem Stoffwechsel. Vermehrung erfolgt durch Zellteilung.

## Chronisch

Sich langsam entwickelnd, schleichend, von langer Dauer (im Gegensatz zu akut).

## Grundimmunisierung

Durch die meist mehrmalige Gabe eines Impfstoffes in festgelegten Zeitabständen wird ein Basisschutz vor einer Erkrankung aufgebaut.

## Impfausweis/Impfbuch/Impfpass

In dieses Dokument werden alle durchgeführten Impfungen eingetragen. Es sollte dem Arzt zur Überprüfung des Impfstatus regelmäßig vorgelegt werden.

## Impfkalender

Der Impfkalender der STIKO listet sämtliche Standardimpfungen auf (s. a. Abb. 8). Er zeigt, welche Impfungen ein Mensch in welchem Alter erhalten sollte.

## Impfkomplikation

Eine über das normale Ausmaß hinausgehende Impfreaktion. Normal sind kurzzeitige Rötungen, Schwellungen oder Schmerzen im Bereich um die Injektionsstelle, Temperaturerhöhungen unter 39,5 °C sowie Schwellungen von Lymphknoten. Impfkomplikationen sind meldepflichtig.

## **Impfschaden**

---

Eine über das übliche Maß hinausgehende Impfreaktion, die zu einem bleibenden gesundheitlichen oder wirtschaftlichen Schaden beim Geimpften oder bei Dritten führt. Auch Unfälle auf dem Weg zur oder von der Impfung werden versicherungsrechtlich als Impfschaden behandelt.

## **Indikationsimpfung**

---

Aufgrund besonderer Lebens- oder Gesundheitsumstände empfohlene und über die Standardimpfungen hinausgehende Impfungen.

## **Infektionskrankheit**

---

Krankheit, die durch einen übertragbaren Erreger verursacht wird.

## **Lebendimpfstoff**

---

Impfstoffe aus abgeschwächten, jedoch vermehrungsfähigen Erregern, die eine echte (aber harmlose) Infektion hervorrufen und dadurch aktiv immunisieren.

## **„Öffentlich empfohlene“ Impfung**

---

Zum Schutz der öffentlichen Gesundheit arbeiten die einzelnen Landesgesundheitsbehörden auf Basis der jeweils aktuellen STIKO-Empfehlungen einen im jeweiligen Bundesland gültigen Katalog mit „öffentlich empfohlenen“ Impfungen aus. Sollte es im Rahmen einer solchen Impfung zu einem Impfschaden kommen, so besteht ein Anspruch auf Schadensausgleich.

## **Parasit**

---

Bei Parasiten (deutsch „Schmarotzer“) handelt es sich um Organismen, die ihren Nahrungserwerb aus einem anderen Organismus tätigen. Dieser auch als Wirt bezeichnete Organismus wird geschädigt, aber entweder gar nicht oder erst zu einem späteren Zeitpunkt getötet. Beispiele sind Bandwürmer, aber auch Viren.

## **Reiseimpfung**

---

Zusätzlich zu den in Deutschland empfohlenen Standardimpfungen erforderliche Impfungen zum Schutz vor im Reiseland verbreiteten Erkrankungen. In einigen Ländern wird für die Einreise ein offizielles Impfzertifikat für bestimmte Impfungen (Gelbfieber, Meningokokken) verlangt.

## **Schutzimpfungsrichtlinie**

---

Die Schutzimpfungsrichtlinie (SI-RL) legt verbindlich fest, welche Impfungen Pflichtleistungen der gesetzlichen Krankenkassen sind. Sie basiert auf den STIKO-Empfehlungen und wird vom Gemeinsamen Bundesausschuss (G-BA) herausgegeben.

## **Standardimpfung**

---

Von der STIKO für die Allgemeinbevölkerung in Abhängigkeit vom Lebensalter empfohlene Impfungen. Im Allgemeinen Pflichtleistung der gesetzlichen Krankenkasse und damit für die Versicherten kostenlos.

## STIKO

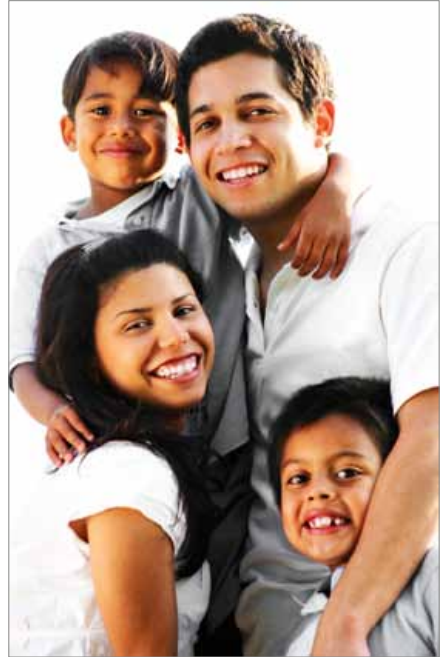
Die Ständige Impfkommission ist ein unabhängiges Expertengremium am staatlichen Robert Koch-Institut (RKI) in Berlin, das die aktuellen Impfeempfehlungen erarbeitet.

## Virus, Viren

Viren sind **Parasiten** in Zellen von Lebewesen. Sie enthalten das „Programm“ zu ihrer Vermehrung und Ausbreitung, besitzen aber keinen eigenen Stoffwechsel und sind deshalb auf den Stoffwechsel der **Wirtszelle** angewiesen.

## Wirt

Als Wirt bezeichnet man in der Biologie ein Lebewesen, das außer sich selbst auch einen oder mehrere andere Organismen mit lebensnotwendigen Nährstoffen versorgt.



# Die wichtigsten Fachadressen

## **Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA)**

---

Ostmerheimer Str. 220 | 51109 Köln  
Tel.: 0221 89920 | Fax: 0221 8992300  
E-Mail: [poststelle@bzga.de](mailto:poststelle@bzga.de) (für Anfragen, Mitteilungen)  
E-Mail: [order@bzga.de](mailto:order@bzga.de) (für Bestellungen von Medien und Materialien)  
<http://www.bzga.de>

Die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) entwickelt als Fachbehörde für Prävention und Gesundheitsförderung Strategien und setzt sie in Kampagnen, Programme und Projekte um.

Weitere Tätigkeitsschwerpunkte bilden die Erarbeitung von Grundsätzen und Richtlinien für Inhalte und Methoden der praktischen Gesundheitserziehung, die Aus- und Fortbildung auf dem Gebiet der Gesundheitserziehung und -aufklärung tätiger Personen, sowie die Koordinierung und Verstärkung der gesundheitlichen Aufklärung und Gesundheitserziehung.

Hierfür unterhält sie diverse Informationsportale, verwaltet Fachdatenbanken und publiziert auch eigene wissenschaftliche Studien. Die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung ist eine Fachbehörde im Geschäftsbereich des Bundesministeriums für Gesundheit.

## **CRM Centrum für Reisemedizin GmbH**

---

Hansaallee 299 | 40549 Düsseldorf  
Tel.: 0211 90429-0 | Fax: 0211 90429-99  
E-Mail: [info@crm.de](mailto:info@crm.de) | <http://www.crm.de>

Das Centrum für Reisemedizin GmbH ist ein Fachinstitut, das sich der Verbesserung der medizinischen Beratung und Betreuung von Auslandsreisenden widmet. Hierzu trägt es Informationen über Infektions- und andere relevante Gesundheitsrisiken zusammen und wertet sie aus. Das CRM stellt in einer reisemedizinischen Datenbank ausführliche Informationen zu Reiseländern, den dortigen Hygieneniveaus und Krankheiten bereit.

Außerdem führt es Listen von Gelbfieber-Impfstellen und reisemedizinisch fortgebildeten Ärzten.

## **Deutsches Grünes Kreuz e.V. (DGK)**

---

Nikolaistraße 3 | 35037 Marburg  
Tel.: 06421 2930 | Fax: 06421 229-10  
E-Mail: [dgk@kilian.de](mailto:dgk@kilian.de) | <http://dgk.de>

Das Deutsche Grüne Kreuz (DGK) ist die älteste Vereinigung (e.V.) zur Förderung der gesundheitlichen Vorsorge und Kommunikation in Deutschland. Ihre Zielsetzung besteht in der Aufbereitung und Vermittlung von Gesundheitsthemen für ein breites Publikum. Sie unterhält hierfür ein umfangreiches Informationsportal.

## **Deutsche Gesellschaft für Tropenmedizin und Internationale Gesundheit e.V. (DTG)**

---

c/o Bernhard-Nocht-Institut für Tropenmedizin  
Bernhard-Nocht-Str. 74 | 20359 Hamburg  
Tel.: 040 42818-478 | Fax: 040 42818-512  
[www.dtg.org](http://www.dtg.org)

Die DTG ist ein Zusammenschluss von Humanmediziner\*innen, Veterinärmediziner\*innen und Naturwissenschaftler\*innen, die auf den Gebieten der Tropenmedizin praktizieren, forschen und beraten. Hierzu zählt auch die präventivmedizinische Betreuung von Besuchern der Tropen und Subtropen sowie die Erkennung und Behandlung importierter Tropenkrankheiten.

Ein Bestandteil der vermittelten tropen- und reisemedizinischen Themen umfasst detaillierte Hinweise zu Impfungen sowie Infektionskrankheiten. Zusätzlich wird eine Liste mit Gelbfieber-Impfstellen in ganz Deutschland veröffentlicht. Die DTG bietet jedoch keine individuelle Beratung in Einzelfällen an.

## **Paul-Ehrlich-Institut (PEI)**

---

Bundesinstitut für Impfstoffe und biomedizinische Arzneimittel  
Paul-Ehrlich-Straße 51–59 | 63225 Langen  
Tel.: 06103 77-0 | Fax: 06103 77-1234  
E-Mail: [pei@pei.de](mailto:pei@pei.de) | <http://www.pei.de>

Das Paul-Ehrlich-Institut/Bundesinstitut für Impfstoffe und biomedizinische Arzneimittel überwacht die Sicherheit und Wirksamkeit von biomedizinischen Arzneimitteln wie z.B. Impfstoffe für Mensch und Tier oder Arzneimitteln aus Blut.

Der Kompetenzbereich des Paul-Ehrlich-Instituts ist vielfältig und umfasst u.a. die Zulassung und Überwachung von biomedizinischen Arzneimitteln, die Genehmigung klinischer Prüfungen oder die Bewertung von Arzneimittelnebenwirkungen. Außerdem werden am Institut auf Gebieten wie der Virologie, Immunologie, der Zell- und Gentherapie etc. eigene Forschungen betrieben.

## **Reisemedizinisches Zentrum am Bernhard-Nocht-Institut**

---

MD Medicus Reise- und Tropenmedizin GmbH  
Bernhard-Nocht-Str. 74 | 20359 Hamburg  
Tel.: 0900 1234999 (1,80/Min.) | Fax: 040 42818-340  
E-Mail: [rmz@gesund-es-reisen.de](mailto:rmz@gesund-es-reisen.de) | <http://www.gesund-es-reisen.de>

Das Reisemedizinische Zentrum veröffentlicht tagesaktuelle Informationen zu Krankheitsausbrüchen wie auch Tipps für die Gesundheitsvorsorge auf Reisen.

Die Hintergrundinformationen zu den einzelnen Reiseländern umfassen gesundheitsrelevante Themen wie den jeweiligen Hygienestand, die Umweltsituation sowie aktuelle Infektionsgefahren. Daneben gibt es auch eine telefonische Reiseberatung.

## Robert Koch-Institut (RKI) / Ständige Impfkommission (STIKO)

---

Nordufer 20 | 13353 Berlin  
Tel.: 030 18754-0 | Fax: 030 18754-2328  
<http://www.rki.de>

Das RKI ist die zentrale Einrichtung des Bundes im Bereich der öffentlichen Gesundheit und zuständig für die Erkennung, Verhütung und Bekämpfung von Krankheiten. Das RKI berät die Fachöffentlichkeit und die zuständigen Bundesministerien, insbesondere das Bundesministerium für Gesundheit (BMG).

Bei diesem Institut sind mehrere wissenschaftliche Kommissionen angesiedelt, zum Beispiel die Ständige Impfkommission (STIKO), die Impfempfehlungen herausgibt.

Das RKI informiert auf seinen deutschsprachigen Internetseiten unter [http://www.rki.de/DE/Content/Infekt/Impfen/impfen\\_node.html](http://www.rki.de/DE/Content/Infekt/Impfen/impfen_node.html) zum Thema Schutzimpfungen, kann darüber hinaus jedoch keine individuelle Beratung im Einzelfall leisten. Ansprechpartner für alle Fragen im Zusammenhang mit Impfungen ist Ihr Arzt.

## Nützliche Internetadressen

[www.gesundes-kind.de](http://www.gesundes-kind.de)

[www.impf-experten.de](http://www.impf-experten.de)

[www.impfenaktuell.de](http://www.impfenaktuell.de)

[www.impfen-info.de](http://www.impfen-info.de)

[www.j1-info.de/impfen/](http://www.j1-info.de/impfen/)

[www.kindergesundheit-info.de/themen/risiken-vorbeugen/impfen](http://www.kindergesundheit-info.de/themen/risiken-vorbeugen/impfen)

[www.kinderaerzte-im-netz.de](http://www.kinderaerzte-im-netz.de)

[www.mimi-impfen.de](http://www.mimi-impfen.de)

[www.netdoktor.de/Gesund-Leben/Impfungen](http://www.netdoktor.de/Gesund-Leben/Impfungen)

[www.reisemed-experten.de](http://www.reisemed-experten.de)

# Mein persönlicher Impfplan



Mit Hilfe des „persönlichen Impfplans“ können Sie, liebe Leser, Ihren aktuellen Impfstatus und den Ihrer Familienmitglieder ermitteln. Sie können auf einen Blick überprüfen, welche Impfungen aufgefrischt oder gar nachgeholt werden sollten. Wir bitten zu bedenken, dass der in diesem Heft befindliche „persönliche Impfplan“ einer ersten Orientierung dient und **keinen Ersatz** für einen vom Hausarzt ausgefüllten und kontrollierten Impfausweis (S. 17/S. 25) darstellt. Sollten Sie unsicher sein oder Fragen haben, wenden Sie sich an Ihren Hausarzt.

Wir empfehlen folgendes Vorgehen bei der Erstellung eines persönlichen Impfplans:

Auf S. 13 dieses Wegweisers finden Sie den aktuellen STIKO-Impfkalender 2015. Er listet auf, welche Impfungen zum Schutz ihrer Familie vor Infektionskrankheiten empfohlen werden. Zudem enthält er detailliert Angaben darüber, wann diese Impfungen

am besten vorgenommen werden sollten. Anhand der dort enthaltenen Informationen kann man Impfung für Impfung überprüfen, ob die dortigen Empfehlungen bis zum heutigen Tag bei einem selbst **vollständig** vorliegen.

Ist dies der Fall, kreuzen Sie für die jeweilige Impfung das Feld „Liegt vor“ an. Ist keine vollständige Impfung vorhanden, z. B. weil sie in früheren Jahren nicht vorgenommen wurde, Sie sich im Einzelnen daran nicht erinnern können oder Sie eine Impfung in letzter Zeit versäumt haben, kreuzen Sie das Feld „Werde ich nachholen/auffrischen“ an. Entsprechendes Vorgehen gilt für Ihren Partner und die Kinder.

## Vorteile des „persönlichen Impfplans“

- Auf diese Weise erhält man einen ersten – vorläufigen – Überblick über den Impfstatus.
- Er dient der Besprechung weiterer Einzelheiten mit dem Hausarzt.



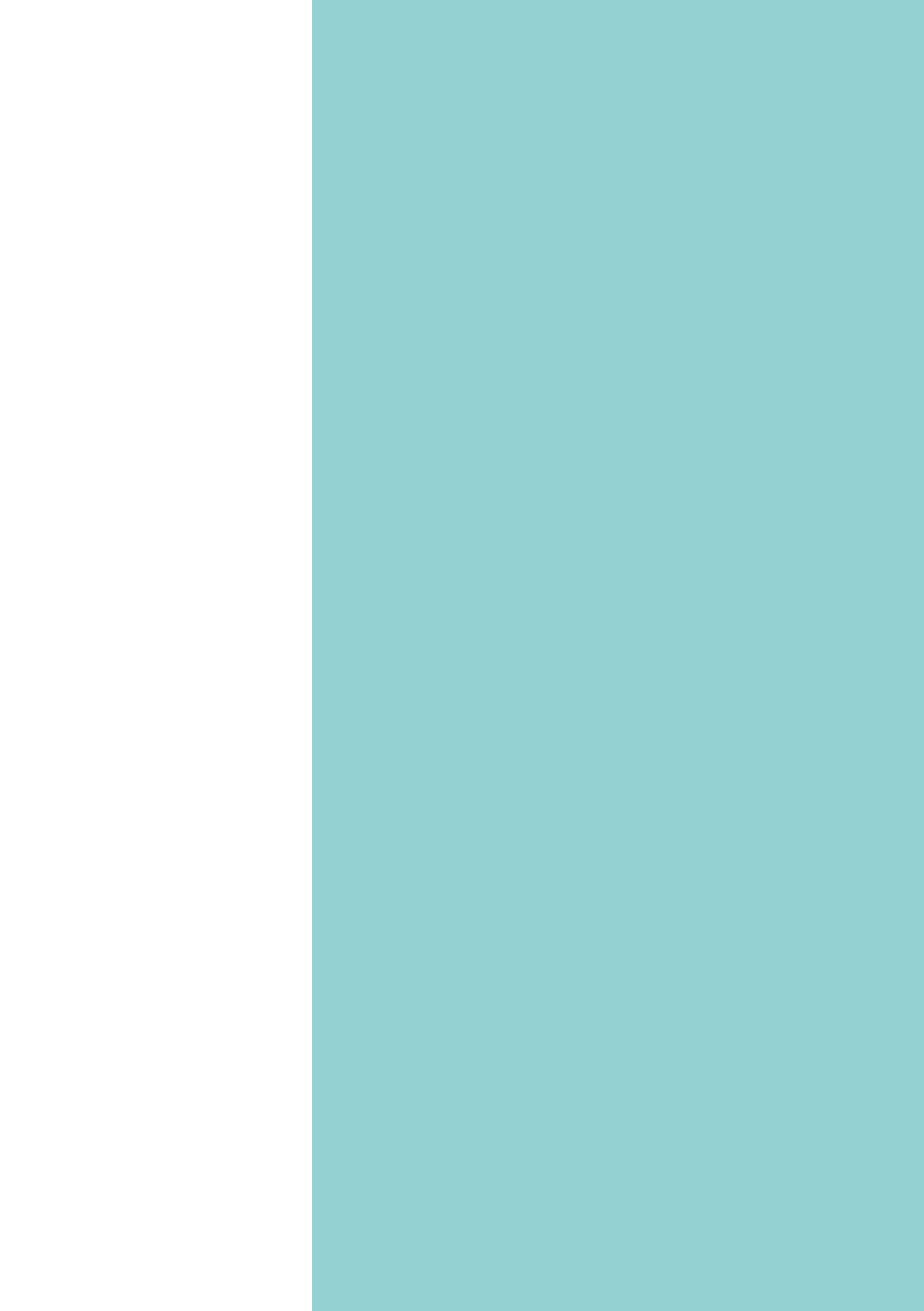
# Mein persönlicher Impfplan

Impfung gegen	Liegt vor	Werde ich nachholen/auffrischen
Diphtherie	<input type="checkbox"/> Ich <input type="checkbox"/> Partner <input type="checkbox"/> Kind 1 <input type="checkbox"/> Kind 2 <input type="checkbox"/> Kind 3 <input type="checkbox"/> Kind 4	<input type="checkbox"/> Ich <input type="checkbox"/> Partner <input type="checkbox"/> Kind 1 <input type="checkbox"/> Kind 2 <input type="checkbox"/> Kind 3 <input type="checkbox"/> Kind 4
Haemophilus influenzae b (Hib)	<input type="checkbox"/> Ich <input type="checkbox"/> Partner <input type="checkbox"/> Kind 1 <input type="checkbox"/> Kind 2 <input type="checkbox"/> Kind 3 <input type="checkbox"/> Kind 4	<input type="checkbox"/> Ich <input type="checkbox"/> Partner <input type="checkbox"/> Kind 1 <input type="checkbox"/> Kind 2 <input type="checkbox"/> Kind 3 <input type="checkbox"/> Kind 4
Hepatitis B-Virus	<input type="checkbox"/> Ich <input type="checkbox"/> Partner <input type="checkbox"/> Kind 1 <input type="checkbox"/> Kind 2 <input type="checkbox"/> Kind 3 <input type="checkbox"/> Kind 4	<input type="checkbox"/> Ich <input type="checkbox"/> Partner <input type="checkbox"/> Kind 1 <input type="checkbox"/> Kind 2 <input type="checkbox"/> Kind 3 <input type="checkbox"/> Kind 4
Humane Papillomviren (HPV)	<input type="checkbox"/> Ich <input type="checkbox"/> Partner <input type="checkbox"/> Kind 1 <input type="checkbox"/> Kind 2 <input type="checkbox"/> Kind 3 <input type="checkbox"/> Kind 4	<input type="checkbox"/> Ich <input type="checkbox"/> Partner <input type="checkbox"/> Kind 1 <input type="checkbox"/> Kind 2 <input type="checkbox"/> Kind 3 <input type="checkbox"/> Kind 4
Influenza (Grippe)	<input type="checkbox"/> Ich <input type="checkbox"/> Partner <input type="checkbox"/> Kind 1 <input type="checkbox"/> Kind 2 <input type="checkbox"/> Kind 3 <input type="checkbox"/> Kind 4	<input type="checkbox"/> Ich <input type="checkbox"/> Partner <input type="checkbox"/> Kind 1 <input type="checkbox"/> Kind 2 <input type="checkbox"/> Kind 3 <input type="checkbox"/> Kind 4
Keuchhusten (Pertussis)	<input type="checkbox"/> Ich <input type="checkbox"/> Partner <input type="checkbox"/> Kind 1 <input type="checkbox"/> Kind 2 <input type="checkbox"/> Kind 3 <input type="checkbox"/> Kind 4	<input type="checkbox"/> Ich <input type="checkbox"/> Partner <input type="checkbox"/> Kind 1 <input type="checkbox"/> Kind 2 <input type="checkbox"/> Kind 3 <input type="checkbox"/> Kind 4
Kinderlähmung (Poliomyelitis)	<input type="checkbox"/> Ich <input type="checkbox"/> Partner <input type="checkbox"/> Kind 1 <input type="checkbox"/> Kind 2 <input type="checkbox"/> Kind 3 <input type="checkbox"/> Kind 4	<input type="checkbox"/> Ich <input type="checkbox"/> Partner <input type="checkbox"/> Kind 1 <input type="checkbox"/> Kind 2 <input type="checkbox"/> Kind 3 <input type="checkbox"/> Kind 4
Masern/Mumps/Röteln	<input type="checkbox"/> Ich <input type="checkbox"/> Partner <input type="checkbox"/> Kind 1 <input type="checkbox"/> Kind 2 <input type="checkbox"/> Kind 3 <input type="checkbox"/> Kind 4	<input type="checkbox"/> Ich <input type="checkbox"/> Partner <input type="checkbox"/> Kind 1 <input type="checkbox"/> Kind 2 <input type="checkbox"/> Kind 3 <input type="checkbox"/> Kind 4
Meningokokken	<input type="checkbox"/> Ich <input type="checkbox"/> Partner <input type="checkbox"/> Kind 1 <input type="checkbox"/> Kind 2 <input type="checkbox"/> Kind 3 <input type="checkbox"/> Kind 4	<input type="checkbox"/> Ich <input type="checkbox"/> Partner <input type="checkbox"/> Kind 1 <input type="checkbox"/> Kind 2 <input type="checkbox"/> Kind 3 <input type="checkbox"/> Kind 4
Pneumokokken	<input type="checkbox"/> Ich <input type="checkbox"/> Partner <input type="checkbox"/> Kind 1 <input type="checkbox"/> Kind 2 <input type="checkbox"/> Kind 3 <input type="checkbox"/> Kind 4	<input type="checkbox"/> Ich <input type="checkbox"/> Partner <input type="checkbox"/> Kind 1 <input type="checkbox"/> Kind 2 <input type="checkbox"/> Kind 3 <input type="checkbox"/> Kind 4
Rotaviren*	<input type="checkbox"/> Kind 1 <input type="checkbox"/> Kind 2 <input type="checkbox"/> Kind 3 <input type="checkbox"/> Kind 4	<input type="checkbox"/> Kind 1 <input type="checkbox"/> Kind 2 <input type="checkbox"/> Kind 3 <input type="checkbox"/> Kind 4
Tetanus (Wundstarrkrampf)	<input type="checkbox"/> Ich <input type="checkbox"/> Partner <input type="checkbox"/> Kind 1 <input type="checkbox"/> Kind 2 <input type="checkbox"/> Kind 3 <input type="checkbox"/> Kind 4	<input type="checkbox"/> Ich <input type="checkbox"/> Partner <input type="checkbox"/> Kind 1 <input type="checkbox"/> Kind 2 <input type="checkbox"/> Kind 3 <input type="checkbox"/> Kind 4
Windpocken	<input type="checkbox"/> Ich <input type="checkbox"/> Partner <input type="checkbox"/> Kind 1 <input type="checkbox"/> Kind 2 <input type="checkbox"/> Kind 3 <input type="checkbox"/> Kind 4	<input type="checkbox"/> Ich <input type="checkbox"/> Partner <input type="checkbox"/> Kind 1 <input type="checkbox"/> Kind 2 <input type="checkbox"/> Kind 3 <input type="checkbox"/> Kind 4

\* Betrifft nur Säuglinge im ersten Lebenshalbjahr.

# Das Wichtigste in Kürze

- **Impfungen sind in *jedem* Alter wichtig.**
- **Impfungen werden von unabhängigen Experten empfohlen** – die Ständige Impfkommission (STIKO) erarbeitet in Deutschland in staatlichem Auftrag die jährlich aktualisierten Impfeempfehlungen, insbesondere den Impfkalender.
- **Impfen ist sicher** – unabhängige Institutionen und Behörden prüfen und überwachen die Qualität, Sicherheit und Nutzen von Impfungen und Impfstoffen.
- **Impfen ist meist kostenlos** – so gut wie alle von der STIKO empfohlenen Impfungen sind Pflichtleistung der gesetzlichen Krankenkassen und stehen den Versicherten kostenlos zur Verfügung. Für die Impfstoffe fällt keine Zuzahlung an.
- **Lassen Sie den Impfstatus regelmäßig prüfen** – Ihr Impfstatus und der Ihres Kindes sollte beim Arzt regelmäßig – am besten einmal jährlich – überprüft werden (bitte Impfpass mitbringen). Fehlende Impfungen sollten nachgeholt werden.
- **Reiseimpfschutz rechtzeitig vorbereiten** – vor geplanten Urlaubsreisen oder Reisen in die Heimat sollten Sie *mindestens* 6 Wochen vor Abreise Ihren Impfstatus im Hinblick auf Ihr Reiseland überprüfen lassen.
- **Rechtzeitig vor Schwangerschaften impfen** – Frauen im gebärfähigen Alter, aber besonders mit konkretem Kinderwunsch, sollten möglichst frühzeitig ihren Impfschutz und den ihrer Familienangehörigen kontrollieren lassen.



Gesundheit ist eine entscheidende Voraussetzung für ein selbstbestimmtes, aktives Leben. Impfungen stellen einen erprobten Weg dar, um Menschen aller Altersstufen vor Infektionskrankheiten zu schützen. Auf diese Weise kann jeder – und dies mit geringem Aufwand – etwas für seine Gesundheit tun.

Der vorliegende Wegweiser richtet sich speziell an Migranten. Er dient einer ersten Orientierung und konzentriert sich auf praktische Fragen wie die Kosten von Impfungen, Besonderheiten bei Schwangeren oder wie man sich nach einer Impfung generell verhalten soll.

Mit Hilfe eines im Innenteil enthaltenen persönlichen Impfplans und des Impfkaltenders 2015 kann der Leser schnell feststellen, ob er und seine Familienangehörigen einen ausreichenden Impfschutz aufweisen. Darüber hinaus finden Sie Kontaktadressen zentraler Einrichtungen und eine Erklärung der wichtigsten Fachbegriffe.

Ihr Arzt ist und bleibt für Impfungen Ihr wichtigster Ansprechpartner.

Dieser Wegweiser wurde überreicht durch:

Mit freundlicher Unterstützung