

# **KLEINER PIKS, GROSSE WIRKUNG**

Eine Umfrage über das Impfverhalten der Deutschen

# Inhaltsverzeichnis

Editorial .....	<b>03</b>
Deutsche befürworten Impfungen .....	<b>04</b>
Ein Geschäft mit der Angst? .....	<b>06</b>
Fast jeder Dritte verpasst einen Impftermin .....	<b>07</b>
Deutsche vernachlässigen Grippe- und Reiseschutzimpfung .....	<b>08</b>
Reiseschutzimpfung auf Kasse? Doch, das geht! .....	<b>10</b>
Experteninterview mit Dr. Markus Reiser .....	<b>11</b>
Unsere Experten .....	<b>13</b>

# Editorial

Impfungen gehören zu den größten Errungenschaften der Medizin. Sie schützen den Einzelnen gegen viele verschiedene Krankheitserreger. Die Weltgesundheitsorganisation WHO schätzt, dass diese Vorsorge jedes Jahr weltweit mehrere Millionen Menschenleben rettet.

Ist die Durchimpfungsrate in einer Gesellschaft hoch genug, gehen Mediziner davon aus, dass sich ansteckende Krankheiten nicht verbreiten. Die Menschen sind geschützt und schützen gleichzeitig ihre Mitmenschen. Dank des Impfschutzes ist es gelungen, die Pocken auszurotten und Polio aus Europa zu vertreiben. Im Falle der Masern empfiehlt die WHO eine weltweite Impfquote von 95 Prozent, um die Krankheit zu besiegen.

Der Virus, dem Menschen ohne Impfschutz im Alltag begegnen können, bringt häufig nicht kalkulierbare Komplikationen mit sich. So können beispielsweise Patienten, die an Masern erkranken, auf einem Ohr taub werden oder schwere Hirnentzündungen davontragen. Im Gegensatz dazu enthalten kontrolliert verabreichte Impfstoffe abgeschwächte Erreger. So wird das Immunsystem der Menschen gestärkt, ohne mögliche Spätfolgen zu riskieren.

Krankenkassen wie die Knappschaft versuchen bestmöglich über die Vorteile und Möglichkeiten des Impfens zu informieren. Daher ist es uns sehr wichtig, Genaueres über das Impfverhalten der Deutschen zu erfahren. In der repräsentativen Forsa-Umfrage<sup>1</sup> haben wir Fragen wie „Vertrauen die Deutschen dem Schutz durch Impfungen? Gibt es Unterschiede im Impfverhalten von Männern und Frauen? Und fühlen sich die Bundesbürger gut informiert?“ gestellt und die Ergebnisse in dieser Broschüre zusammengetragen. Zur Einordnung der Umfrageergebnisse haben wir die Knappschaftsexperten Dr. Gerrit Lautner, Ärztlicher Direktor der Kinder- und Jugendklinik Gelsenkirchen, und Dr. Markus Reiser, Chefarzt der Klinik für Innere Medizin und Facharzt für Infektiologie am Klinikum Vest, zurate gezogen.

Auf den gewonnenen Erkenntnissen möchten wir aufbauen und unsere Versicherten mit den Leistungen versorgen, die sie benötigen und wünschen. Daher zahlen wir unseren Versicherten sämtliche Impfungen, die von der Ständigen Impfkommission des Robert Koch-Instituts empfohlen werden, und statten sie auf Wunsch mit dem nötigen Reiseimpfschutz aus.

Eine aufschlussreiche Lektüre wünscht Ihnen



**Bettina am Orde**

Geschäftsführerin der Krankenkasse Knappschaft



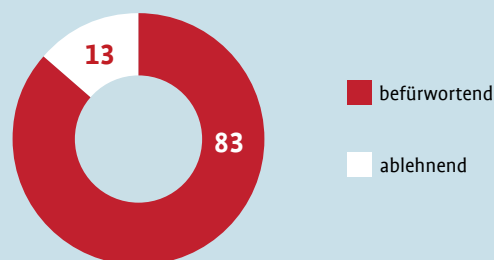
<sup>1</sup> Im Auftrag der Knappschaft hat Forsa eine repräsentative Befragung von 1.552 Bundesbürgern ab 18 Jahren durchgeführt.

# Deutsche befürworten Impfungen

## Wie wichtig der Schutz des Immunsystems ist – und was die Medizin leisten kann

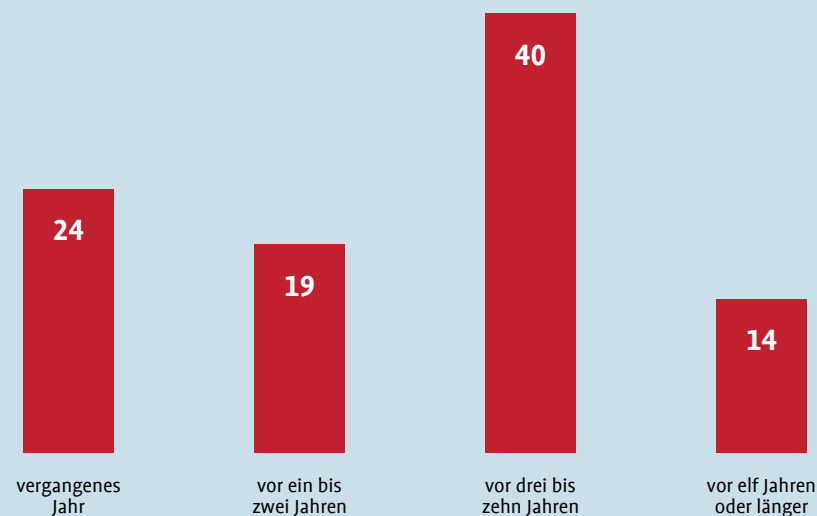
Impfstoffe helfen dem Körper, sich zu wehren und gesund zu bleiben. Davon scheinen die meisten Deutschen überzeugt. Denn 83 Prozent der 1.552 Befragten gaben in einer repräsentativen Forsa-Umfrage im Auftrag der Knappschaft an, Impfungen zu befürworten. Die Akzeptanz unter Eltern ist noch größer: 92 Prozent der Befragten bejahen das Impfen ihrer Kinder. Zur Notwendigkeit der Immunisierung erklärt Dr. Lautner, Ärztlicher Direktor der Kinder- und Jugendklinik Gelsenkirchen: „Das Impfen hat vor allem zwei Vorteile: Zum einen bestimmen die Patienten den Zeitpunkt der Auseinandersetzung mit dem Erreger. Ein gesundes Kind mit einem gesunden Immunsystem ist besser vorbereitet. Zum anderen sind die Impfviren wesentlich weniger gefährlich als der Wildvirus, der im Alltag auf die Patienten wartet. Dem Körper fällt es leichter, sich zu immunisieren.“

### Grundsätzliche Haltung zum Impfen\*



\*Angaben in Prozent (Anzahl der Befragten 1.552)  
An 100 Prozent fehlende Angaben = „weiß nicht“

### Zeitpunkt der letzten Impfung\*



\*Angaben in Prozent (Anzahl der Befragten 1.552). An 100 Prozent fehlende Angaben = „weiß nicht“ bzw. „wurde noch nie geimpft“

### Bei jedem Siebten liegt die letzte Impfung über elf Jahre zurück

Impfungen zu befürworten heißt nicht unbedingt, sich auch regelmäßig impfen zu lassen. Im vergangenen Jahr entschied sich nur fast jeder vierte Befragte für eine Impfung. Bei 19 Prozent der Deutschen liegt die letzte Impfung ein bis zwei Jahre und bei 40 Prozent drei bis zehn Jahre zurück. Vor elf Jahren und länger hat sich zum letzten Mal jeder siebte Befragte immunisieren lassen.

Wer sich wann und wie regelmäßig impfen lässt, hängt vom Alter ab. Im Durchschnitt impften die Ärzte im vergangenen Jahr die über 60-Jährigen öfter als alle anderen Befragten. Während sich 2015 jeder Dritte im Alter von 60 und älter immunisieren ließ, gab nur jeder Fünfte der 30- bis 59-Jährigen an, aus diesem Grund einen Arzt aufgesucht zu haben.

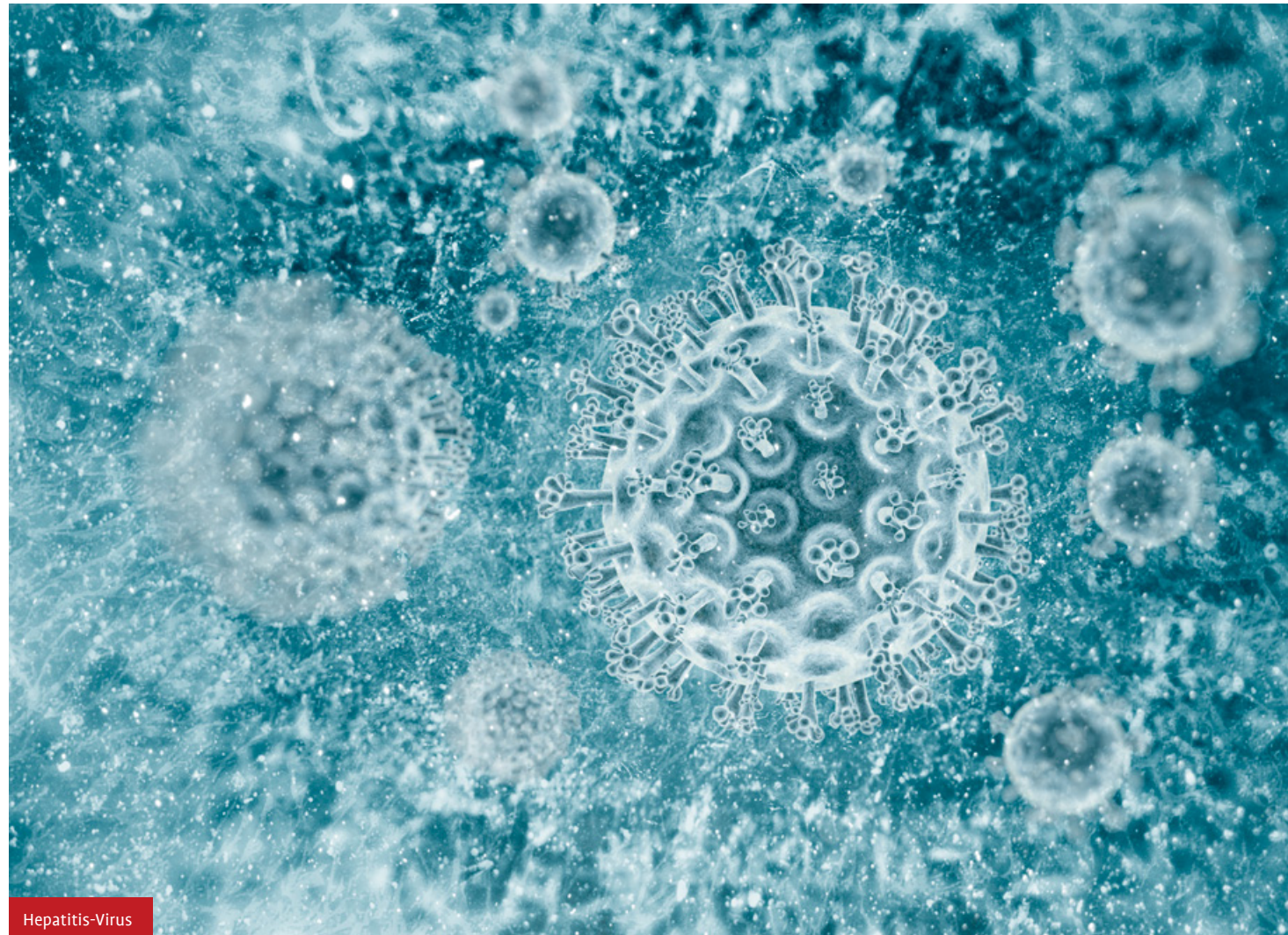
### Zwei unterschiedliche Impfstoffarten

In der Praxis unterscheiden Experten zwei Arten von Impfungen: „Bei einer aktiven Impfung wird der Körper mit abgeschwächten oder abgetöteten Krankheitserregern oder Erregerbestandteilen konfrontiert, die aber nicht infektiös sind. Bei passiven Impfungen werden die Antikörper direkt in den Körper injiziert, das Immunsystem bildet sie nicht selbst“, erklärt Dr. Jan Leidel, Vorsitzender der Ständigen Impfkommission am Robert Koch-Institut.

### Das Immunsystem misst sich mit den Erregern

Impfungen müssen in bestimmten Zeitabständen aufgefrischt werden. Warum das so wichtig ist, erklärt Dr. Lautner: „Wir müssen unserem Immunsystem immer wieder einen kleinen Schub geben. Erreger wie Tetanus (Wundstarrkrampf), mit denen sich der Körper im Alltag nicht auseinandersetzen muss, führen die Ärzte von außen zu.“ Mit der Impfung bekommt das Immunsystem die Möglichkeit, sich auf Probe mit den Erregern der Krankheit zu messen. Es erkennt sie als etwas Fremdes und bildet Antikörper sowie Gedächtniszellen. „Letztere geben Informationen wie das Aussehen des Erregers an ihre Nachfahren weiter. Sie erkennen den Virus selbst nach vielen Jahren wieder und bekämpfen ihn genauso effizient“, sagt Dr. Lautner.

Wer sich wann für eine Impfung oder deren Auffrischung entscheiden sollte, empfiehlt die Ständige Impfkommission. Laut Umfrage lassen fast 60 Prozent regelmäßig nachsehen, ob sie alle empfohlenen Impfungen haben. Den notwendigen Impfpass besitzen 90 Prozent der Bundesbürger.



Hepatitis-Virus

# Ein Geschäft mit der Angst?

## Experten halten Bedenken der Impfgegner für unbegründet

In Deutschland lehnen 13 Prozent der Bürger Impfungen ab. Ihren Standpunkt begründen sie mitunter ganz unterschiedlich: Mit 54 Prozent glaubt mehr als die Hälfte, dass Impfen ein Geschäft mit der Angst vor Krankheit sei und dass mögliche Langzeitfolgen nicht bekannt seien. Experte Dr. Lautner lehnt diese Sichtweise ab: „Das ist, als würde man dem Anästhesisten vorwerfen, sein Geld mit der Angst vor Schmerzen zu verdienen. Während er den Menschen die Schmerzen nimmt, bewahrt der Hersteller von Impfstoffen sie vor akuten und Spätfolgen bestimmter Krankheiten.“ Auch Dr. Reiser, Chefarzt der Klinik für Innere Medizin und Facharzt für Infektiologie am Klinikum Vest, sieht die Bedenken der Impfgegner kritisch: „Die Angst vor Impfungen ähnelt der Flugangst. Die Leute glauben, dass sie sich einem Risiko aussetzen, das sie selbst nicht im Griff haben.“

So befürchten 45 Prozent der Impfgegner schwere Nebenwirkungen. Und 28 Prozent glauben, das Durchmachen von sogenannten Kinderkrankheiten in jungen Jahren schütze vor schweren Erkrankungen im Erwachsenenalter. Zwar ist es richtig, dass der Körper, dem die Impfstoffe nicht zugeführt wurden, im Kampf mit dem Wildvirus ebenfalls Antikörper und Gedächtniszellen produziert. Aber längst nicht jeder dieser Kämpfe endet unversehrt. Im Gegenteil: „Der Wildvirus verursacht sehr viel häufiger Komplikationen. Bei den Masern kann es zum Ertauben auf einem Ohr oder zu schweren Hirnentzündungen kommen, die noch Jahrzehnte später tödlich verlaufen. Die Gefahr liegt eher im Prozent- als im Promillebereich“, sagt Dr. Lautner.

### Gründe der ablehnenden Haltung gegenüber Impfungen\*

Impfen ist ein „Geschäft mit der Angst“

54

Langzeitfolgen sind nicht bekannt

54

Angst vor schweren Nebenwirkungen

45

Durchmachen von Kinderkrankheiten ist ein besserer Schutz

28

Es gibt keine Nachweise für die Wirksamkeit

24

\*Angaben in Prozent (Anzahl der Befragten 1.552)  
Prozentsumme größer 100, da Mehrfachnennungen möglich

### Studien weisen Wirkung der Impfstoffe nach

Fast jedem vierten Impfgegner fehlen Nachweise, dass Impfungen wirken. Die Position der Experten der Knappschaft dazu ist klar: „Jedes Produkt, das in Deutschland auf den Medizinmarkt gelangt, hat seine Wirksamkeit in Studien nachgewiesen“, sagt Dr. Reiser. Auch laut Dr. Lautner ist die Wirkung unbestritten: „Ein Nachweis ist der Antikörperspiegel im Blut. Nach der Grundimmunisierung im Säuglingsalter kann man schön sehen, wie dieser Spiegel und mit ihm der Schutz ansteigt. Ein weiterer Nachweis ist, dass Krankheiten wie die Kinderlähmung nach der Einführung von entsprechenden Impfungen fast ausgerottet wurden.“

# Fast jeder Dritte verpasst einen Impftermin

## Frauen lassen sich stärker von impfkritischen Berichten beeinflussen

### Männer/Frauen-Gründe für das Auslassen von Impfungen\*

Impftermin verpasst bzw. vergessen

28 ♂

26 ♀

Krankheit wird für sehr unwahrscheinlich gehalten

27 ♂

22 ♀

Krankheit wird nicht als besonders schwer eingeschätzt

25 ♂

18 ♀

Bedenken wegen Komplikationen

23 ♂

28 ♀

zu zeitaufwändig, zum Arzt zu gehen

17 ♂

9 ♀

Auseinandersetzung mit impfkritischen Berichten

15 ♂

18 ♀

\*Angaben in Prozent (Anzahl der Befragten 1.552)  
Prozentsumme größer 100, da Mehrfachnennungen möglich

Die Umfrage der Knappschaft hat ergeben, dass fast jeder Dritte in den vergangenen Jahren eine Impfung ausgelassen hat, obwohl es laut Empfehlung an der Zeit dafür gewesen wäre. 27 Prozent der Befragten gaben an, dass sie ihren Impftermin verpasst oder vergessen haben. 26 Prozent nannten Bedenken wegen möglicher Nebenwirkungen als Grund. Fast ein Viertel der Befragten argumentierte, die Krankheit, gegen die sie geimpft werden sollten, sei sehr selten. Und rund 20 Prozent begründeten den Verzicht auf die Impfung damit, dass die betroffene Krankheit nicht besonders schwer sei.

Auch die Medien spielen eine Rolle bei der Entscheidung für oder gegen eine Impfung. 17 Prozent der Deutschen verzichteten darauf, ihre Abwehrkräfte auf diese Art zu stärken, weil sie sich vorher mit impfkritischen Berichten beschäftigt haben. Interessant ist, dass sich Frauen häufiger von impfkritischer Berichterstattung beeinflussen lassen als Männer. Für Dr. Lautner ist das keine Überraschung: „Die Auseinandersetzung mit Gesundheitsthemen ist zu 80 Prozent Frauensache. Männer gehen nachlässiger damit um. Das heißt: Wenn Frauen sich generell mehr mit Gesundheitsthemen auseinandersetzen, stoßen sie auch eher auf impfkritische Inhalte.“

### Männer sind sorgloser im Umgang mit Krankheiten

Aus gesundheitlichen Gründen haben sich 14 Prozent aller Befragten nicht impfen lassen und 13 Prozent glauben nicht, dass eine Impfung vor der Krankheit schützt. Männer nehmen Krankheiten eher auf die leichte Schulter: Sie lassen Impfungen aus,

da sie die Krankheit nicht als besonders schwer einschätzen oder andere Erkrankungen für zu unwahrscheinlich halten. Ferner ist ihnen der Arzttermin zu aufwändig.

Experten gehen davon aus, dass die Menschen Impfungen gegen vier Krankheiten brauchen: „Aus meiner Sicht sollten sich die Menschen auf jeden Fall gegen Diphtherie und Tetanus impfen lassen. Auch Kinderlähmung und Keuchhusten sind wichtig“, sagt Dr. Lautner.

### Jeder Vierte fühlt sich schlecht informiert

Ein Viertel denkt, dass es eher schlecht oder sehr schlecht informiert ist. Regelmäßig erinnert zu werden, fänden 80 Prozent der Befragten gut bis sehr gut. Auf Wunsch der Patienten bieten viele Praxen bereits kostenlose Impf- und Vorsorge-Erinnerungssysteme an, die an den Arzttermin erinnern. Zudem unterstützt die TaschenDoc-App der Krankenkasse Knappschaft die Patienten aktiv. Sie speichert und erinnert an Arztbesuche und bietet den Menschen die Möglichkeit, einen digitalen Impfpass zu führen. Interessierte bekommen die App kostenlos bei Google Play und im App Store von Apple zum Download.

# 80%

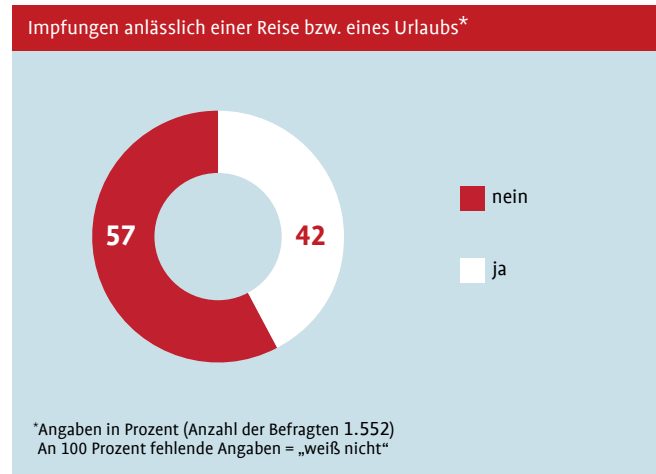
wünschen sich regelmäßige  
Erinnerungen an anstehende Impftermine.

# Deutsche vernachlässigen Grippe- und Reiseschutzimpfung

## Experten raten zu flächendeckenden Impfungen

— Hohes Fieber, starke Glieder- und Kopfschmerzen: Die Symptome der saisonalen Grippe machen sich schnell bemerkbar und schwächen den Körper enorm. Dennoch hat sich nur die Hälfte aller Deutschen gegen die saisonale Grippe impfen lassen: davon 22 Prozent jedes Jahr und 28 Prozent unregelmäßig. Die andere Hälfte hat bisher auf eine Impfung verzichtet. Der Begriff der Grippeimpfung kann irreführend sein. „Viele verstehen unter der Grippe eine wenig schlimme Erkältung. Mediziner verstehen unter der echten Influenza eine schwere Virusinfektion, die insbesondere ältere Menschen das Leben kosten kann“, sagt Dr. Reiser und ergänzt: „Wenn sich ältere, gebrechliche Menschen impfen lassen, die davon am meisten profitieren, dann beträgt der Impfschutz nur noch zwischen 30 und 60 Prozent. Trotzdem ist es sinnvoll, gegen die Grippe zu impfen. Wenn wir flächendeckend impfen und die Influenza dadurch auch bei jüngeren Menschen seltener auftritt, schützen wir auch die Älteren. Das nennt man dann Herdenimmunität.“

Ein Beispiel: Eine Studie des British Medical Journal zeigte vor einigen Jahren, dass deutlich weniger Pflegeheimbewohner während einer Grippewelle sterben, wenn das Personal routinemäßig geimpft wurde. „Die Impfempfehlung richtet sich ja an bestimmte Bevölkerungsgruppen. An Menschen, die im Gesundheitssystem arbeiten oder die in Kindergärten oder Schulen viel mit jungen Menschen zu tun haben. Sie können leicht zur Drehscheibe für eine Grippesaison werden“, sagt Dr. Lautner.



### Mehr als die Hälfte der Deutschen fährt ohne Reiseschutz in den Urlaub

Nur 42 Prozent aller Befragten haben sich schon einmal anlässlich einer Reise oder eines Urlaubs impfen lassen. Im Umkehrschluss bedeutet das: Mehr als die Hälfte der Deutschen fährt ohne Reiseschutzimpfung in den Urlaub. Dr. Reiser sieht das kritisch: „Andere Länder, andere Sitten – aber auch andere Infektionskrankheiten! Rechtzeitig vor einer geplanten Urlaubsreise sollte man sich unbedingt über die Infektionsrisiken am Urlaubsort und die notwendigen Schutzimpfungen informieren“, erklärt er.

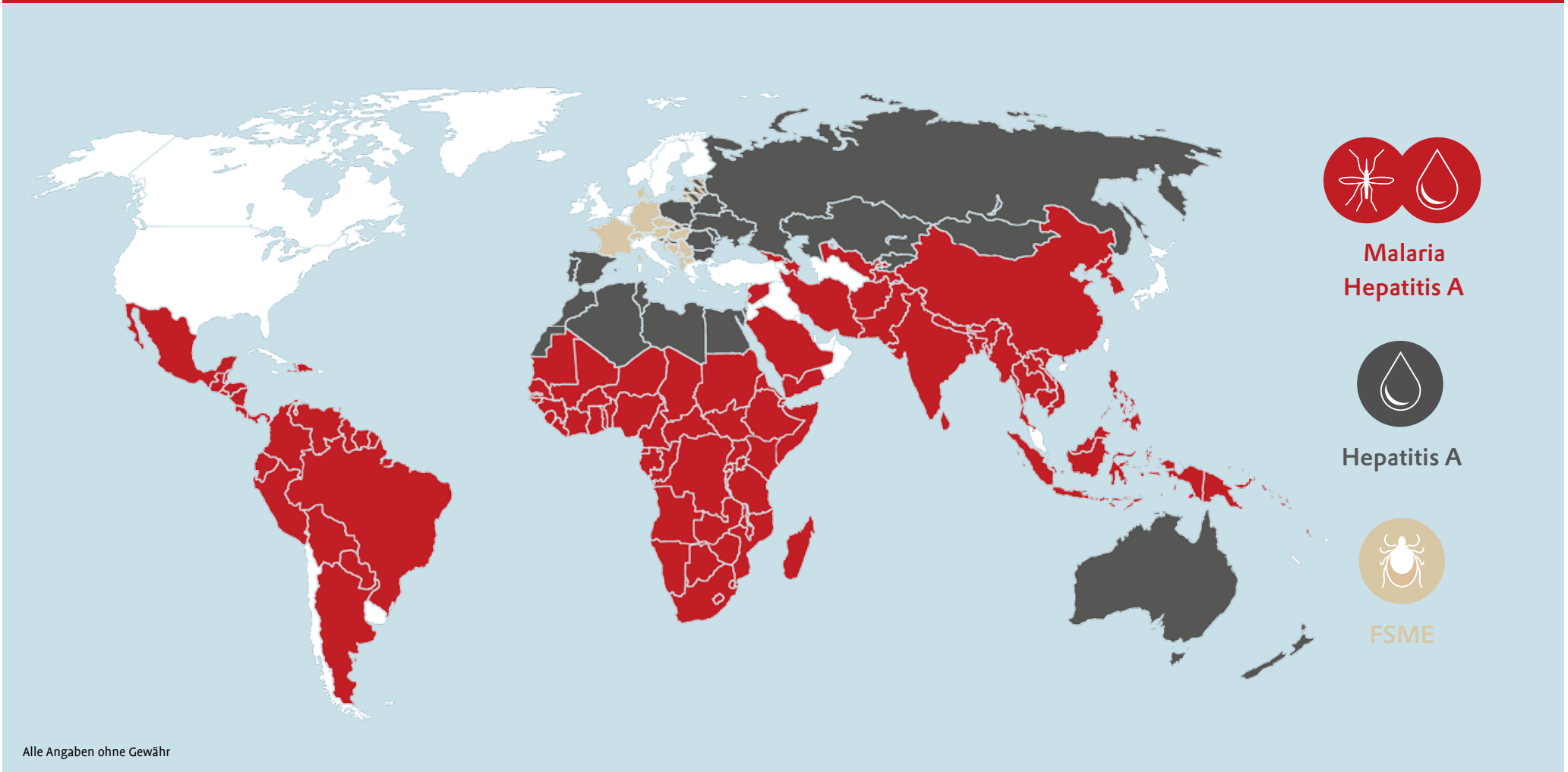
Diejenigen, die sich impfen lassen, frischen vor allem ihren Standard-Impfschutz auf: 59 Prozent der Geimpften aktivierten

ihr Immunsystem gegen Tetanus, Diphtherie, Keuchhusten, Mumps, Masern, Röteln oder Lungenentzündung. Gegen „richtige“ Reisekrankheiten ließen sich nur wenige immunisieren: 57 Prozent haben sich gegen Hepatitis A, 55 Prozent gegen Hepatitis B, 23 Prozent gegen die Folgen von Zeckenstichen, 23 Prozent gegen Typhus, 15 Prozent gegen Tollwut, 13 Prozent gegen Cholera und ein Prozent hat sich gegen Japanische Enzephalitis impfen lassen.

Zum Verzicht sagt die Mehrheit der Befragten (mehr als 90 Prozent), dass sie keine Empfehlung für eine Reiseschutzimpfung bekommen haben. Explizite Beratung suchen 15 Prozent der Deutschen, wenn sie ihre Ferien im europäischen Ausland verbringen. „Es spielt aber nicht nur das Reiseziel, sondern auch die geplanten Aktivitäten (Wandern, Campen) eine wichtige Rolle. Im eigenen oder europäischen Umland können Gefahren lauern, zum Beispiel die frühsummerliche Meningoenzephalitis (FSME). Bei der FSME handelt es sich um eine durch Zecken übertragbare Virusinfektion, die Fieber und grippeartige Symptome, aber auch eine Gehirn- und Hirnhautentzündung verursachen kann. Eine versäumte Reiseschutzimpfung ist daher auch bei Reisen im europäischen Ausland problematisch“, so Dr. Reiser. Die Antworten verändern sich, wenn die Menschen vorhaben, Europa für einen Urlaub zu verlassen. So lassen sich 90 Prozent der Deutschen, die nach Afrika reisen, vorab beraten und impfen. Geht der Flug nach Asien, sind es immerhin noch 86 Prozent. Bei Reisen nach Südamerika würden das noch 77 Prozent tun.



Was Sie wo bekommen können – Weltkarte der exotischen Krankheiten



Alle Angaben ohne Gewähr

# Reiseschutzimpfung auf Kasse? Doch, das geht!

## Wie Versicherte mit kostenfreien Angeboten vorsorgen können

■ Kambodscha, Kenia, Kolumbien: Die Reise in exotische Länder kann zu exotischen Krankheiten führen. Mit einer Reiseimpfung der Knappschaft lassen sich neue Orte und Kontinente ganz unbeschwert erkunden. „Wir unterstützen unsere Versicherten dabei, sich nachhaltig vor Gesundheitsrisiken zu schützen. Wer bestens vorbereitet in den Urlaub reisen will, profitiert von unserem vielfältigen Angebot“, betont Bettina am Orde, Geschäftsführerin der Knappschaft. Als Versicherter der Knappschaft kann man eine Vielzahl von Schutzimpfungen durch den Arzt in Anspruch nehmen. Alle Schutzimpfungen sind Teil der Prävention.

Zudem gibt es bei der Knappschaft auch Reiseschutzimpfungen auf Kasse. Sie übernimmt die Kosten dann, wenn die Ständige Impfkommission beim Robert Koch-Institut die Prävention empfiehlt. Das Auswärtige Amt muss zusätzlich einen Reisehinweis für das entsprechende Land herausgeben.

Das Ziel der Knappschaft ist klar: Versicherte sollen ihren Urlaub genießen und gesund wieder nach Hause kommen. Um das zu erreichen, sind Schutzimpfungen eines der wirksamsten medizinischen Mittel.

### Die Knappschaft im Überblick

Die Krankenkasse Knappschaft gehört zum Verbundsystem der Deutschen Rentenversicherung Knappschaft-Bahn-See. Mit rund 1,7 Millionen Versicherten zählt sie zu den größten gesetzlichen Krankenkassen in Deutschland.

Sie ist „offen für alle“ und damit unabhängig vom Beruf eine frei wählbare Krankenkasse. Die Knappschaft unterhält bundesweit über 100 Geschäfts- und Beratungsstellen. Die vollständige Leistungsübersicht und weitere Informationen unter:

**[knappschaft.de](https://www.knappschaft.de) und [doch-das-geht.de](https://www.doch-das-geht.de)**

Experteninterview mit Dr. Markus Reiser

## „Impfungen haben keine Nachteile“

Impfungen schützen den Menschen vor schweren Krankheiten – in der Kindheit und auch im Erwachsenenalter. Sie stärken ohne große Nebenwirkungen die körpereigenen Abwehrkräfte. Oftmals dauert der Schutz sogar ein Leben lang. Im Interview erklärt Dr. med. Markus Reiser, Chefarzt und Knappschaffsexperte für Innere Medizin und Infektiologie am Klinikum Vest, wann welche Impfungen nötig sind, wie sie funktionieren und mit welchen Argumenten man Kritiker überzeugt.

### Welche Vor- und Nachteile hat es, sich und seine Kinder impfen zu lassen?

Es gibt nur Vorteile, keine Nachteile. Impfungen schützen gegen gefährliche Infektionserkrankungen, die lebensgefährliche Folgen haben können.

### Welche Impfungen sollten Erwachsene haben?

Von der Ständigen Impfkommission gibt es eine Impfpflicht, die sehr differenziert und auf die individuellen Gegebenheiten abgestimmt ist. Auf jeden Fall sollte jeder aber einen aktiven Impfschutz gegen Tetanus, Diphtherie, Keuchhusten und Kinderlähmung haben.

### 90 Prozent der Befragten besitzen einen Impfpass, aber was ist zu tun, wenn er fehlt?

Der Hausarzt dokumentiert alle Impfungen und kann einen neuen Impfpass ausstellen. Wenn der Patient mehrfach den Arzt wechselt, kann die Rekonstruktion schwierig sein. Im Zweifel bekommt er einfach eine Auffrischimpfung. Schaden kann das nicht.

### Welche Nachweise gibt es zur Wirksamkeit von Impfungen?

Jedes Produkt, das in Deutschland auf den Medizinmarkt gelangt, hat seine Wirksamkeit in Studien nachgewiesen. Das gilt auch für Impfstoffe. Darüber hinaus ist die nahezu vollständige Eradikation, die Ausrottung vieler Erkrankungen durch Impfungen, eindrucksvoll belegt. Hierzu zählen zum Beispiel Pocken, Kinderlähmung und Masern. Leider werden durch nachlässige Impfungen auch jetzt wieder Masern-Ausbrüche beobachtet.

### Bietet das Durchmachen von Krankheiten im Kindesalter einen besseren Schutz als Impfungen?

Ohne Impfung setzt man seine Kinder einem erheblichen Risiko aus. Immerhin kann es zu schweren Infektions- und Krankheitsfolgen kommen. Eine von 1.000 Masernerkrankungen verläuft tödlich. Zusätzlich können noch Jahre danach Hirnentzündungen entstehen, die auf die Masern zurückzuführen sind. Auch diese können tödlich verlaufen. Natürlich ist zu erwähnen, dass ein Kind, das Masern, Röteln oder die Windpocken durchgemacht hat, danach immun ist. Das Risiko ist aber sehr groß.

### Warum muss ich Impfungen regelmäßig auffrischen?

Das hängt ganz vom Erreger ab. Es gibt Impfungen, die halten ein Leben lang. Beispiele dafür sind Masern, Mumps und Röteln. Für Hepatitis B gilt ebenfalls eine lebenslange Immunität. Bei anderen Erregern braucht das Immunsystem immer wieder eine Erinnerung, eine Auffrischung. Dazu gehört unter anderem die Immunisierung gegen Lungenentzündung.

### Welche Nebenwirkungen können auftreten?

Wenn der Arzt impft, können im Nachgang Rötungen und Schmerzen an der Einstichstelle entstehen. Die Schmerzen gleichen einem Muskelkater. Es kann auch zu grippeartigen Symptomen kommen, da das Immunsystem einmal stimuliert wird. In der Regel sind diese Nebenwirkungen sehr schwach und verschwinden innerhalb weniger Tage.

### Wie verhalte ich mich oder mein Kind sich am besten nach einer Impfung?

Nach der Impfung zählt vor allem der gesunde Menschenverstand. Vielleicht sollte der Patient nicht eine 100 Grad warme Sauna besuchen oder einen Marathon laufen. Das normale Leben ist allerdings nicht gestört, einschließlich leichter sportlicher Aktivitäten.

### Die Befragung hat ergeben, dass 50 Prozent der Deutschen sich noch nie gegen die saisonale Grippe haben impfen lassen. Wie beurteilen Sie das?

Das ist problematisch. Viele verstehen unter der Grippe eine wenig schlimme Erkältung. Mediziner verstehen unter der echten Grippe eine schwere Virusinfektion, die insbesondere ältere Menschen das Leben kosten kann. Wer jünger als 60 ist, hat mit der Impfung einen 90-prozentigen Schutz. Wenn sich ältere, gebrechliche Menschen impfen lassen, die davon am meisten profitieren, dann beträgt der Impfschutz nur noch zwischen 30 und 60 Prozent. Trotzdem ist es sinnvoll, gegen die Grippe zu impfen. Wenn wir flächendeckend impfen und die Grippe

dadurch auch bei jüngeren Menschen seltener auftritt, schützen wir auch die Älteren. Das nennt man dann Herdenimmunität.

**Die Befragung hat ergeben, dass 13 Prozent der Deutschen Impfungen eher ablehnen. Wie erklären Sie sich das?**

Die Angst vor Impfungen ähnelt der Flugangst. Die Leute glauben, dass sie sich einem Risiko aussetzen, das sie selbst nicht im Griff haben. Wenn Menschen der Meinung sind, ihr Schicksal selbst in der Hand zu haben, sind sie eher bereit, ein Risiko einzugehen. Sie steigen zum Beispiel jeden Tag ins Auto oder zünden sich eine Zigarette an. Aufklärung hilft in solchen Fällen.

**Laut Umfrage lassen sich Frauen häufiger von impfkritischen Medienberichten beeinflussen. Womit hängt das Ihrer Meinung nach zusammen?**

Mütter haben immer die größte Angst, dass dem Nachwuchs etwas passieren kann. Auch hier spielt der Kontrollverlust eine Rolle, der natürlich viel größer ist, wenn das Kind ohne Impfung in den Kindergarten geht und sich dort die Röteln holt.

**Sind Männer nachlässiger im Umgang mit Impfungen?**

Männer sind ein bisschen träger, was Vorsorgeuntersuchungen und Impfungen angeht. Vielleicht glauben sie, dass sie immer ein bisschen härter sind und auch ohne Impfung durchs Leben kommen.



# Unsere Experten



■ **Priv.-Doz. Dr. med. Markus Reiser** ist seit 2007 Chefarzt der Klinik für Innere Medizin am Klinikum Vest (Paracelsus-Klinik Marl). Zudem leitet er seit 2014 das Zentrallabor des Klinikums Vest (Marl und Recklinghausen).



■ **Dr. med. Gerrit Lautner** ist seit 2004 Ärztlicher Direktor der Kinder- und Jugendklinik Gelsenkirchen, die Teil des medizinischen Netzwerks der Knappschaft ist. Seine Arbeitsschwerpunkte sind Atemwegserkrankungen, Infektionen, gastroenterologische Erkrankungen, urologische Erkrankungen und Ultraschalldiagnostik.

## **Impressum**

Herausgegeben von:  
Deutsche Rentenversicherung  
Knappschaft-Bahn-See  
Referat Presse- und Öffentlichkeitsarbeit, Marketing  
in Zusammenarbeit mit allen Abteilungen,  
Fachabteilungen und Referaten  
Pieperstraße 14–28, 44789 Bochum

## **[knappschaft.de](http://knappschaft.de)**

Nachdruck, auch auszugsweise, ist nur  
mit ausdrücklicher Genehmigung des  
Herausgebers gestattet.

Bildnachweis:  
Titelbild, S. 5, S. 12: shutterstock.com  
S. 4: Knappschaft-Bahn-See  
S. 13: Priv.-Doz. Dr. med. Markus Reiser,  
Dr. med. Gerrit Lautner

Stand: Juli 2016