

Herausgeber:
**Bundesarbeitsgemeinschaft
der Senioren-Organisationen e.V.
(BAGSO)**

Bonngasse 10
53111 Bonn

Telefon: 02 28 / 24 99 93 0
Fax: 02 28 / 24 99 93 20
E-Mail: kontakt@bagso.de
Internet: www.bagso.de

Erstellt von:
BAGSO Service GmbH

Bonngasse 10
53111 Bonn

Telefon: 0228 / 55 52 55 - 55
Fax: 0228 / 55 52 55 - 66
Internet: www.bagso-service.de

Redaktionelle Bearbeitung: Katharina Braun

Stand der Information: Oktober 2009

Lobby der Älteren



BAGSO empfiehlt – Impfen lassen



**Wichtige Informationen
für Ihre Vorsorge.**

Weitere Informationen finden Sie unter www.bagso.de

Ihr Ratgeber für umfassenden Impfschutz

+ Vorwort

Mit dem nasskalten Wetter beginnt jedes Jahr auf's Neue die Impfsaison. Und jedes Jahr stellen Sie sich die gleiche Frage: Soll ich mich wirklich gegen Grippe impfen lassen? Benötige ich vielleicht weitere Auffrischungsimpfungen?

Die Broschüre soll Sie über die verschiedenen Impfungen informieren und Sie auf die Notwendigkeit der persönlichen Vorsorge hinweisen. Ältere Menschen lassen sich weniger oft impfen. Gründe dafür können Angst vor Nebenwirkungen, fehlendes Wissen oder mangelnde Überzeugung von der Wirksamkeit sein. Doch der kleine Pieks hat große Wirkung. Denn gerade im Alter sind Impfungen sinnvolle Vorsorgemaßnahmen.

Als Lobby der Älteren ist eines unserer Ziele die Gesunderhaltung älterer Menschen zu fördern. Aus diesem Grund haben wir die Aktion „BAGSO empfiehlt – Impfen lassen“ ins Leben gerufen und raten Ihnen: Informieren Sie sich und lassen Sie sich bei Ihrem Arzt beraten. Schützen Sie sich durch eine Impfung, getreu dem Motto: Vorsicht ist besser als Nachsicht.



Walter Link
BAGSO-Vorsitzender

+ Kostenregelung bei Impfungen

Schutzimpfungen sind Pflichtleistungen der Gesetzlichen Krankenkassen. Es fallen keine Praxisgebühren an, da die Impfungen zu den Vorsorgemaßnahmen zählen. Impfungen sind zuzahlungsfrei.

+ Warum sollte ich mich impfen lassen?

Bei einer Impfung wird das Immunsystem angeregt, krankheitsspezifische Antikörper zu produzieren. So wehrt der Körper effektiv die Erreger ab. Ziel einer Schutzimpfung ist die Stärkung des Immunsystems und die Bildung von impfspezifischen Antikörpern, sodass eine Krankheit gar nicht erst ausbricht bzw. einen milderen Verlauf nimmt.



+ Grippe & Pneumokokken

Grippe wird über Tröpfcheninfektion übertragen und befällt den gesamten Atmungstrakt. Plötzlich auftretendes hohes Fieber und Gliederschmerzen sind typische Symptome. Da das Immunsystem bei einer Grippe geschwächt ist, haben auch andere Erreger freie Bahn, so dass es zu schweren Komplikationen kommen kann.

Die Grippe sollte nicht mit einem grippalen Infekt verwechselt werden, der zwar zu Anfang ähnliche Symptome aufweist, aber einen wesentlich milderen Verlauf nimmt. Jährlich erkranken etwa 2–3 Mio. Menschen an einer Grippe. Die Betroffenen sind in der Regel ältere Menschen.

„Den meisten Menschen ist gar nicht bewusst, wie schlimm eine Grippe verlaufen kann. Ich habe aber weder Zeit noch Lust, krank zu sein.“ (Barbara S., 65 Jahre)

Pneumokokken sind Bakterien, die über Tröpfcheninfektion übertragen werden. Die Erreger besiedeln Nasen- und Rachenraum und führen nicht selten zu schweren Folgeerkrankungen, wie Blutvergiftung oder Lungenentzündung. Jedes Jahr sterben etwa 12.000 Menschen an den Folgen einer Pneumokokken-Infektion.

„Ich habe die Pneumokokken-Impfung jetzt schon zwei Mal bekommen. Ich bin 75 und will ja auch noch 80 werden.“ (Klaus N., 75)

Bereiten Sie sich auf die kalte Jahreszeit vor und machen Sie nicht nur Ihren Garten winterfest. Schützen Sie sich mit einer Impfung.

WICHTIGE INFORMATION

Die Grippeimpfung sollte im Herbst durchgeführt werden. Die beiden Impfungen können parallel verabreicht werden!

+ Übersicht

Impfung gegen	+ Diphtherie (Erkrankung der oberen Atemwege)	+ Influenza (Grippe)	+ Pertussis (Keuchhusten)
Routine-Auffrischung	+ alle 10 Jahre	+ jährlich	+ alle 10 Jahre
Kommentar/ Empfehlung	+ für alle Erwachsenen	+ für Personen über 60 Jahre , bestimmte Berufsgruppen, alle Personen mit chronischen Erkrankungen und bei Epidemien	+ für alle Erwachsenen als einmalige Auffrischimpfung mit einem Kombinationsimpfstoff

Impfung gegen	+ Pneumokokken (z. B. Lungenentzündung)	+ Poliomyelitis (Kinderlähmung)	+ Tetanus (Wundstarrkrampf)
Routine-Auffrischung	+ bei Risikopatienten alle 5 Jahre	+ alle 10 Jahre (nur für Risikogruppen)	+ alle 10 Jahre, bei Verletzung schon nach Ablauf von 5 Jahren
Kommentar/ Empfehlung	+ für Personen über 60 Jahre und für Risikopatienten	+ für alle Personen ohne einmalige Auffrischimpfung + für alle Personen bei fehlender/unvollständiger Grundimmunisierung	+ für alle Personen

+ Ausnahmen bestätigen die Regel

1. Menschen, die gegen einzelne Inhaltsstoffe der Impfung allergisch sind, sollten sich vor der Impfung genau bei ihrem Arzt informieren.
2. Menschen, die eine akut behandlungsbedürftige Erkrankung haben, sollten sich erst impfen lassen, wenn der gesundheitliche Zustand es wieder erlaubt.

3. Menschen, die an einer Immunschwäche leiden, sollten bei speziellen Impfungen (mit Lebendimpfstoffen) im Vorfeld einen Arzt aufsuchen.
4. Schwangere sollten sich nur den Impfungen unterziehen, die unbedingt erforderlich sind bzw. ausdrücklich für Schwangere empfohlen werden.

✚ Diphtherie & Keuchhusten

Diphtherie wird über Tröpfcheninfektion übertragen und ist eine Erkrankung der oberen Atemwege. Es kann zu örtlichen Reaktionen in Form von Schwellungen im Rachenbereich kommen, da die Bakterien Gifte absondern. Dies kann zu schweren Komplikationen führen, die nicht selten einen tödlichen Verlauf haben.

Keuchhusten wird durch direkten Kontakt und durch Tröpfcheninfektion übertragen. Es handelt sich hierbei um krampfartige Hustenanfälle. Gefährlich ist Keuchhusten wegen schwerer Komplikationen wie Lungenentzündung, Mittelohrentzündung und Hirnhautentzündung. Selbst moderne Behandlungsmöglichkeiten können die oft schwerwiegenden Verläufe und Folgen der Erkrankung nicht in jedem Fall verhindern.

WICHTIGE INFORMATION !

Es gibt eine Kombinationsimpfung für diese Erkrankungen. Sie wirkt gleichzeitig gegen Diphtherie, Keuchhusten, Polio und Tetanus, d. h. ein Arztbesuch und eine Spritze für vierfachen Impfschutz, der erst nach 10 Jahren wieder aufgefrischt werden muss.

„Kinderkrankheiten holen uns wieder ein... nur dass sie bei Erwachsenen viel schlimmer verlaufen!“ (Ruth B., 75)



✚ Poliomyelitis & Tetanus

Poliomyelitis wird durch Tröpfchen-, Kontakt- und Schmierinfektion übertragen. Der Virus wird über den Mund aufgenommen und verbreitet sich anschließend im Darm. Bei Ungeimpften kann das Zentrale Nervensystem befallen werden. Oft kann die Infektion bei zu später Behandlung zu bleibenden Lähmungserscheinungen bis hin zum Tod führen.

Tetanus wird über eine Verletzung übertragen bzw. über das Eindringen der Erreger in Wunden. Die muskelsteuernden Nerven werden beschädigt. Dies kann Lähmungen und Muskelkrämpfe zur Folge haben. Unbehandelt kann die Infektion zum Tod durch Erstickern führen.

„Wenn man wie ich viel im Garten arbeitet, reicht schon ein kleiner Riss in der Hand, um sich mit dem Erreger zu infizieren.“ (Bert M., 66)



+ Gibt es Nebenwirkungen?

Impfungen gehören zu den am besten verträglichen Medikamenten. Es kann in seltenen Fällen jedoch zu Nebenwirkungen kommen: Allgemeines Unwohlsein, Empfindlichkeiten um die Einstichstelle, leichte Schwellungen, eventuell auch leichtes Fieber sind mögliche Impfreaktionen.

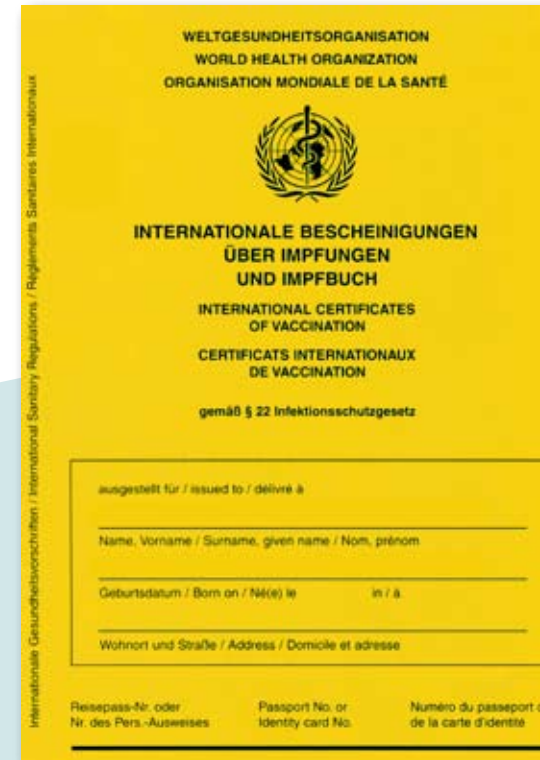
Suchen Sie einen Arzt auf, wenn die Symptome nicht nach wenigen Tagen abklingen oder sich sogar verschlechtern.

In der Regel sind die auftretenden Nebenwirkungen aber im Vergleich zu den Krankheiten relativ mild und unbedenklich.



+ Bin ich noch geschützt?

Wenn Sie nicht mehr wissen, ob Sie noch über einen aktuellen Impfschutz verfügen, sehen Sie doch einmal in Ihrem Impfausweis nach.



Impfausweis

Sollten Sie Ihre Unterlagen nicht mehr finden, kann Ihnen auch Ihr Arzt weiterhelfen. Er kann die Konzentration der Antikörper in Ihrem Blut ermitteln und so herausfinden, ob Ihr Impfschutz erneuert werden muss.