

# Wir wünschen Ihnen Gesundheit!

## Ihr Kompetenzzentrum Pflege

Mit freundlicher Genehmigung der



Internet: [www.spmsd.de](http://www.spmsd.de)

## Gesundheitsinformation

### Impfen im Alter

Wenn Sie Fragen haben, steht Ihnen Ihr Landesverband gerne zur Verfügung:

**Landesverband Berlin e.V.**

Alfred-Jung-Str. 17  
10367 Berlin

Tel: 030 / 30 86 92 0  
Fax: 030 / 27 92 46 9

[www.volkssolidaritaet.de/berlin](http://www.volkssolidaritaet.de/berlin)

**Landesverband Sachsen e.V.**

Arndtstr. 4  
01099 Dresden

Tel: 0351 / 43 11 01 0  
Tel: 0351 / 42 11 02 9

[www.volkssolidaritaet.de/sachsen](http://www.volkssolidaritaet.de/sachsen)

**Landesverband Brandenburg e.V.**

Benzstr. 10  
14482 Potsdam

Tel: 0331 / 70 42 31 0  
Fax: 0331 / 70 42 31 20

[www.volkssolidaritaet.de/brandenburg](http://www.volkssolidaritaet.de/brandenburg)

**Landesverband Sachsen-Anhalt e.V.**

Leipziger Str. 16  
39112 Magdeburg

Tel: 0391 / 60 88 60  
Tel: 0391 / 60 88 61 10 9

[www.volkssolidaritaet.de/sachsen-anhalt](http://www.volkssolidaritaet.de/sachsen-anhalt)

**Landesverband Mecklenburg-Vorpommern e.V.**

Platz der Jugend 15  
19053 Schwerin

Tel: 0385 / 58 15 59 5  
Fax: 0385 / 58 15 59 6

[www.volkssolidaritaet.de/mecklenburg-vorpommern](http://www.volkssolidaritaet.de/mecklenburg-vorpommern)

**Landesverband Thüringen e.V.**

Magdeburger Allee 31  
99086 Erfurt

Tel: 0361 / 51 15 96 70  
Fax: 0361 / 51 15 96 80

[www.volkssolidaritaet.de/thueringen](http://www.volkssolidaritaet.de/thueringen)

**Hinweis:**

Die in den „Gesundheitsinformationen“ erteilten Auskünfte beruhen auf dem aktuellen Kenntnisstand und dienen der unverbindlichen Unterstützung im Alltag. Sie ersetzen jedoch nicht das Aufsuchen eines Arztes oder Apothekers. Auf Basis der Informationen können weder Diagnosen gestellt, noch Therapien eingeleitet werden.



Altenpflege  
Krankenpflege  
Gesundheitspflege  
Kinderkrankenpflege  
Häusliche Versorgung  
Stationäre Versorgung

Volkssolidarität LV Brandenburg e.V.  
Referat Pflege (Andreas Heil / Birgit Mohr)  
Benzstraße 10  
14482 Potsdam

**Durchwahl:** 0331 - 70 42 31 - 12  
**Zentrale:** 0331 - 70 42 31 - 0

Internet: [www.volkssolidaritaet.de/brandenburg/](http://www.volkssolidaritaet.de/brandenburg/)

## Impfen im Alter?

„Impfungen? Das brauche ich nicht – ich war mein ganzes Leben lang bei guter Gesundheit“ – ein Satz, den man besonders von älteren Menschen nicht selten hört. Doch wer so denkt, unterliegt einem möglicherweise folgenschweren Irrtum. Denn mit zunehmendem Alter nimmt die Leistungsfähigkeit des Immunsystems ab. Dadurch steigt natürlich auch das Risiko, an Infektionskrankheiten zu erkranken, und schwere Krankheitsverläufe werden häufiger. Impfungen beugen Infektionskrankheiten vor und leisten so einen wichtigen Beitrag, Gesundheit und Lebensqualität bis ins hohe Alter zu erhalten. Achten Sie unbedingt auf einen aktuellen Impfschutz.

## Welche Impfungen sind im Alter wichtig?

- Grippe (Influenza)
- Pneumokokken
- Tetanus
- Diphtherie
- Keuchhusten (Pertussis)
- Kinderlähmung (Polio)

## Warum sind diese Impfungen im Alter wichtig?

### **Grippe-Impfung: Jährlich erneuern**

Influenza-Viren verursachen die schwere Grippe. Sie hat nichts mit der „normalen Erkältung“ oder dem „grippalen Infekt“ zu tun. Die **Influenza** beginnt schlagartig und verursacht deutlich stärkere und länger anhaltende Beschwerden mit hohem Fieber, heftige Kopf- und Gliederschmerzen. Influenza-Viren sind sehr ansteckend und werden beim Husten, Niesen oder beim Händeschütteln übertragen. In einer normalen Grippe-Saison erkranken in Deutschland jeden Winter zwei bis drei Millionen Menschen. 10.000-20.000 Patienten, insbesondere Ältere und chronisch Kranke, versterben jedes Jahr an den Folgen der Infektion. Da sich die Influenzaviren ständig verändern, muss man vor jedem Grippewinter erneut gegen Influenza geimpft werden.

### **Pneumokokken: Einmalige Impfung bei Personen über 60 Jahren**

Pneumokokken-Bakterien verursachen lebensgefährliche Erkrankungen, wie zum Beispiel **Lungenentzündungen**, denen Jahr für Jahr bis zu 12.000 Menschen in Deutschland zum Opfer fallen. Über 80 Prozent der Todesfälle betreffen ältere Menschen. Vielfach geht einer Pneumokokken-Erkrankung eine Grippe-Infektion voraus, die die Abwehrkräfte schwächt und den Pneumokokken das Eindringen in den Körper erleichtert. Die einmalige Impfung gegen Pneumokokken kann mit der Grippe-Impfung kombiniert werden. Für bestimmte Personengruppen ist eine Auffrischung nach fünf Jahren empfohlen.

### **Tetanus: Alle 10 Jahre den Impfschutz auffrischen**

Die Erreger des **Wundstarrkrampfes** (Tetanus) sind fast überall, besonders in Gartenerde, Hausstaub oder Straßenschmutz. Die Erkrankungsgefahr besteht bei Verletzungen. In Deutschland erkranken fast nur ältere Menschen, weil die Auffrischimpfungen oft vernachlässigt oder vergessen werden. Etwa jeder Vierte an Tetanus Erkrankte stirbt. Die Auffrischimpfung kann mit der Auffrischung alle 10 Jahre gegen Diphtherie kombiniert werden.

### **Diphtherie: Alle 10 Jahre den Impfschutz auffrischen**

Diphtherie führt nicht umsonst den martialischen Beinamen „**Würgeengel**“. Beläge im Rachenraum, die auf den Kehlkopf übergreifen, können zu Atemnot und zum Erstickten führen. Zwar kommt Diphtherie in Deutschland nur noch selten vor, aber bedingt durch verstärkte Reisetätigkeit und unzureichenden Impfschutz bei vielen Erwachsenen kann die Erkrankung, die in anderen Teilen der Welt noch immer verbreitet ist, jederzeit wieder zu uns eingeschleppt werden. Es wird empfohlen, die Auffrischung mit der Impfung alle 10 Jahre gegen Tetanus zu kombinieren.

### **Keuchhusten (Pertussis): Einmalige Impfung für alle Erwachsene**

**Keuchhusten** tritt immer häufiger bei Erwachsenen auf, wo er zumeist einen hartnäckigen Verlauf nimmt. Auch der Kontakt zu Kleinkindern ist ein Grund, sich gegen Keuchhusten impfen zu lassen. So können lebensbedrohliche Atemstillstände bei ungeschützten Säuglingen vermieden werden. Die Impfung soll zusammen mit der nächsten Impfung gegen Tetanus/Diphtherie erfolgen.

### **Kinderlähmung (Polio): Alle Erwachsene eine Auffrischung**

Die Welt ist leider noch immer nicht **Polio**-frei. Jeder Erwachsene sollte im Laufe seines Lebens eine Grundimmunisierung plus eine Auffrischimpfung gegen Kinderlähmung bekommen haben.

## Wichtig zu wissen!

- **Impfungen bieten den besten Schutz vor den genannten Infektionen.**
- **Jede Schutzimpfung kann jederzeit nachgeholt werden.**
- **Bei Standardimpfungen übernehmen die Krankenkassen alle Kosten.**
- **Bei Impfungen fallen keine Praxisgebühren und Zuzahlungen an.**

Sollten Sie oder Ihre Angehörigen noch Fragen haben, wenden Sie sich bitte vertrauensvoll an Ihre Pflegedienstleitung.