



impfen-info.de

Wissen, was schützt.

Impfschutz für die ganze Familie

20 Fragen – 20 Antworten

20
FRAGEN[®]



BZgA

Bundeszentrale
für
gesundheitliche
Aufklärung



Springer Medizin



Über diese Broschüre

Titel: © Mark Bowden / iStockphotos.com

Impfungen sind ein wichtiger Baustein, um die Gesundheit zu erhalten. Weil Impfprogramme so erfolgreich Krankheiten zurückgedrängt haben, sind viele dieser Erkrankungen in Vergessenheit geraten oder werden als nicht mehr so bedrohlich wahrgenommen. Ist ein Impfschutz aber nun weniger notwendig?

Es gibt viele Fragen zum Thema Impfen: Gegen welche Krankheiten sollte man sich schützen? Sind Impfungen wirklich sicher? Was ist mit „Gemeinschaftsschutz“ gemeint? Was sollte im Zusammenhang mit Impfungen alles beachtet werden?

Um eine gute und überlegte Entscheidung treffen zu können, sollten diese Fragen nicht unbeantwortet bleiben. Einen Beitrag hierzu leistet diese Broschüre mit Antworten auf die 20 häufigsten Fragen zum Thema Impfen.

Weitere Fragen können Sie gezielt im Gespräch mit Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt ansprechen.



Inhalt

- 01.** Warum ist es wichtig, sein Kind oder sich selbst impfen zu lassen?
- 02.** Warum ist ein Impfschutz gegen sogenannte Kinderkrankheiten wie Masern wichtig?
- 03.** Für wen gilt das Masernschutzgesetz?
- 04.** Was passiert eigentlich bei einer Impfung?
- 05.** Worin liegt der Unterschied zwischen Lebendimpfstoffen und inaktivierten Impfstoffen?
- 06.** Warum schützen manche Impfungen ein Leben lang, andere müssen öfter aufgefrischt werden?
- 07.** Kann es Nebenwirkungen durch Impfungen geben?
- 08.** Wie verträglich sind die im Impfstoff enthaltenen Zusätze?
- 09.** Müssen wirklich so viele Impfungen auf einmal sein?
- 10.** Ist es besser zu impfen als die Krankheit durchzumachen?
- 11.** Kann ich nach einer Impfung mich oder andere anstecken?
- 12.** Impfungen und Allergien – was sollte man beachten?
- 13.** Wie informiere ich mich, wann welche Impfung ansteht?
- 14.** Was ist, wenn ich eine Impfung versäumt habe?
- 15.** Muss ein Impftermin im Erkrankungsfall verschoben werden?
- 16.** Kann ich mich auch noch impfen lassen, wenn ich mich schon angesteckt habe?
- 17.** Muss ich mich nach einer Impfung besonders schonen?
- 18.** Ich bin schwanger. Darf ich mich impfen lassen?
- 19.** Warum sollte ich mich gegen Grippe impfen lassen?
- 20.** Wann muss ich Impfungen selbst bezahlen?

01

Warum ist es wichtig, sein Kind oder sich selbst impfen zu lassen?



Foto: © Pavel Losevsky / iStockphotos.com

Tagtäglich kommen wir mit einer Vielzahl von Bakterien und Viren in Berührung. Die meisten beeinträchtigen uns nur wenig oder gar nicht. Daneben gibt es aber auch Erreger, die schwere, sogar lebensbedrohende Erkrankungen hervorrufen können.

In vielen Fällen schützen Impfungen nicht nur die geimpfte Person selbst, sondern verhindern auch eine Ausbreitung der Krankheit in der Bevölkerung. Dieser Gemeinschaftsschutz („Herdenimmunität“) ist besonders wichtig, um Menschen zu schützen, die selbst nicht geimpft werden können, etwa weil ihr Immunsystem nicht richtig funktioniert.

Keuchhusten zum Beispiel kann bei sehr jungen Säuglingen zu schwerer Atemnot führen. Die Impfung von Eltern und Kontaktpersonen gibt dem Säugling den bestmöglichen Schutz, bevor die eigene Grundimmunisierung abgeschlossen ist („Kokonstrategie“).

Info: Empfehlungen zu Impfungen gibt in Deutschland die Ständige Impfkommission (STIKO) am Robert Koch-Institut. Die wichtigsten Informationen hierzu finden Sie auch unter www.impfen-info.de.

Warum ist ein Impfschutz gegen sogenannte Kinderkrankheiten wie Masern wichtig?

Eine häufige Frage bei vielen der empfohlenen Impfungen ist: „Warum ist ein Impfschutz gegen sogenannte Kinderkrankheiten wie Masern wichtig?“ Kinderkrankheiten heißen sie jedoch nur, weil sie so ansteckend sind, dass ohne Impfschutz bereits im Kindesalter fast alle daran erkranken würden. Ohne Immunschutz werden aber auch Erwachsene krank und haben sogar häufig einen schwereren Krankheitsverlauf.

Krankheiten wie Masern sind nicht harmlos. Auch wenn die meisten Masern-Erkrankungen folgenlos ausheilen, kommt es in einigen Fällen zu schweren oder sogar lebensbedrohenden Begleitkrankheiten wie Lungen- oder Gehirnentzündungen. Als Spätfolge kann sich ein tödlicher Zerfall des Gehirns entwickeln. In jedem Fall ist eine Erkrankung an Masern eine durch Impfung vermeidbare Belastung.

Info: Neben der zweimaligen Impfung gegen Masern bzw. gegen Masern, Mumps und Röteln im Kindesalter empfiehlt die STIKO eine einmalige Impfung gegen Masern auch allen nach 1970 geborenen Erwachsenen, die noch nicht bzw. nur einmal geimpft wurden oder deren Impfstatus unklar ist. Bei berufsbedingter Masern-Impfung müssen auch Erwachsene (nach 1970 geb.) zwei Impfungen nachweisen.

03

Für wen gilt das Masernschutzgesetz?

Das Gesetz gilt für alle nach 1970 geborenen Personen, die mindestens ein Jahr alt sind und:

1. in einer der folgenden Gemeinschaftseinrichtungen betreut werden:
Kindertageseinrichtungen und Horte, bestimmte Formen der Kindertagespflege, Schulen und sonstige Ausbildungseinrichtungen, in denen überwiegend minderjährige Personen betreut werden.
2. die bereits vier Wochen
 - a) in einem Kinderheim betreut werden oder
 - b) in einer Gemeinschaftsunterkunft für Asylbewerber und Flüchtlinge bzw. Spätaussiedler untergebracht sind.
3. die in Gesundheitseinrichtungen wie Krankenhäusern und Arztpraxen oder in Gemeinschaftseinrichtungen oder Gemeinschaftsunterkünften tätig sind.

Kinder, die mindestens ein Jahr alt sind, müssen eine Masern-Impfung oder eine Masern-Immunität nachweisen. Personen, die nach 1970 geboren und mindestens zwei Jahre alt sind, müssen zwei Masern-Impfungen oder ein ärztliches Zeugnis über eine ausreichende Immunität gegen Masern nachweisen.

Das Gesetz gilt seit dem 1. März 2020. Alle Personen, die bei Inkrafttreten des Gesetzes bereits in den entsprechenden Einrichtungen betreut wurden oder tätig waren, müssen bis zum 31. Juli 2021 einen Nachweis vorlegen.

Info: Weitere Informationen und Merkblätter zum Thema finden Sie auf der Website www.masernschutz.de.



04

Was passiert eigentlich bei einer Impfung?

Damit der Mensch Krankheitserregern nicht schutzlos ausgeliefert ist, bewahrt ihn sein Immunsystem vor Eindringlingen in seinen Körper. Eine Abwehrstrategie, die der Körper nach Kontakt mit Krankheitserregern anwendet, ist die Bildung sogenannter Antikörper. Zudem kann das körpereigene Abwehrsystem „Gedächtniszellen“ bilden, die Erreger auch nach Jahren erkennen und schnell bekämpfen können.

Aus der Tatsache, dass das Immunsystem lernen kann, auf bestimmte Erreger mit einer gezielten Abwehrmaßnahme zu reagieren, wurde die Idee der Impfung geboren: Es werden üblicherweise abgeschwächte oder abgetötete Erreger in den Körper eingeschleust, die zwar keine Infektion auslösen, auf die der Körper aber mit der Bildung von Antikörpern und Gedächtniszellen reagiert. Impfung ist also ein „Training“ des Immunsystems gegen die jeweilige Krankheit.



05

Worin liegt der Unterschied zwischen Lebendimpfstoffen und inaktivierten Impfstoffen?

Abb.: © psdesign1 / Fotolia.com

Für das Training des Immunsystems durch eine Impfung stehen verschiedene Impfstoffarten zur Verfügung: Man unterscheidet abgeschwächte Lebendimpfstoffe und inaktivierte Impfstoffe.

Lebendimpfstoffe enthalten die Krankheitserreger in einer Form, in der sie noch vermehrungsfähig sind, aber die Krankheit nicht mehr auslösen können. Inaktivierte Impfstoffe enthalten entweder abgetötete Erreger oder sogar nur noch Teile davon, auf die das Immunsystem reagieren kann. Die meisten Impfstoffe sind inaktivierte Impfstoffe.

Info: Die Verträglichkeit und Wirksamkeit von Impfstoffen wird in klinischen Studien getestet, ihre Sicherheit nach der Zulassung regelmäßig überwacht. Ihr Erfolg hat sich im millionenfachen Einsatz bewährt.

Warum schützen manche Impfungen ein Leben lang, andere müssen öfter aufgefrischt werden?

Sie kennen es aus dem Alltag: Manche Dinge bleiben unvergesslich, weil sie mit starken Gefühlen verbunden sind, an andere muss man Sie immer wieder erinnern.

Ähnlich ist es mit dem „Gedächtnis“ des Immunsystems. Je intensiver die Auseinandersetzung mit einem Erreger ist, desto größer die Wahrscheinlichkeit, dass er bei einem späteren Eindringen vom Abwehrsystem des Körpers wiedererkannt wird.

Vor allem Impfungen mit Lebendimpfstoffen (siehe Frage 5) prägen das Immunsystem ähnlich stark wie eine überstandene Erkrankung, jedoch ohne den Menschen den Risiken der Krankheit auszusetzen. Weil sich dabei die abgeschwächten Erreger im Körper noch vermehren, muss der Körper mehr Abwehrarbeit leisten – ein Ereignis, das zu längerem Schutz führt.

Achtung: Insbesondere bei inaktivierten Impfstoffen sind zwei bis drei Teilimpfungen nötig, um die sogenannte Grundimmunisierung zu erreichen, also das Immunsystem anzulernen und einen sicheren Impfschutz aufzubauen.

Kann es Nebenwirkungen durch Impfungen geben?

Ja – Nebenwirkungen sind möglich, aber normalerweise sind diese harmlos und gehen schnell vorüber. Jede Impfung ist – wie eine Medikamentengabe – ein Eingriff in den Körper, der auch eine Reaktion hervorrufen soll. Dabei kann es zu Begleiterscheinungen wie Rötungen oder Schwellungen an der Einstichstelle kommen. Auch Gefühle wie Abgeschlagenheit, möglicherweise auch Kopf- und Gliederschmerzen, können auftreten.

Dies sind Anzeichen dafür, dass sich der Körper mit dem geimpften Erreger auseinandersetzt und einen Schutz aufbaut. Solche Impfreaktionen sind jedoch viel weniger schlimm als die Symptome oder gar Folgeschäden der Krankheit, die dadurch verhindert werden kann. Generell gilt, dass Impfungen sehr sicher sind und nur äußerst selten schwerwiegende Komplikationen auftreten.

Info: Vor der Impfung wird Sie Ihre Ärztin oder Ihr Arzt über mögliche Nebenwirkungen aufklären.



08

Wie verträglich sind die im Impfstoff enthaltenen Zusätze?

Manche Menschen fürchten, dass Zusätze zu Impfstoffen, die deren Wirkung verstärken (sogenannte Adjuvanzien) oder benötigt werden, um die Erreger abzutöten (Formaldehyd), möglicherweise Unverträglichkeiten auslösen oder die Gesundheit schädigen können. Diese Substanzen sind nur in minimalen Mengen als Reste aus der Herstellung enthalten. Zudem wird die Verträglichkeit von Impfstoffen bei der Zulassung sehr genau überprüft und auch danach weiter überwacht, so dass diese Bedenken unbegründet sind.

Vielfach werden Kombinationsimpfstoffe verwendet, die gegen mehrere Krankheitserreger gleichzeitig schützen. Dadurch wird auch die Menge an Zusatzstoffen so gering wie möglich gehalten.

Müssen wirklich so viele Impfungen auf einmal sein?

Auch wenn man vermuten könnte, dass Kombinationsimpfstoffe gegen drei, vier oder mehr Infektionskrankheiten den Körper überfordern könnten: Das Immunsystem auch eines jungen Kindes kann diese gut bewältigen – im Alltag ist der Organismus viel mehr Erregern ausgesetzt.

Darüber hinaus enthalten moderne Kombinationsimpfstoffe viel weniger Bestandteile des Erregers oder Antigene als ältere Impfstoffe oder die Erreger selbst.

Kombinationsimpfstoffe sind eine große Erleichterung für Kinder und Eltern, denn die Zahl der Spritzen lässt sich so deutlich verringern.

Tipp: Die Ständige Impfkommission (STIKO) rät wenn möglich zu Kombinationsimpfstoffen. Lassen Sie sich von Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt beraten.





10

Ist es besser zu impfen als die Krankheit durchzumachen?

© Foto: SvetlanaFedoseyeva / Shutterstock.com

Das kindliche Immunsystem wird sowohl durch die Erkrankung als auch die Impfung trainiert. Beide Male muss es aktiv werden, um Schutz aufzubauen.

Eine Impfung bietet die Möglichkeit, das Immunsystem an einem ungefährlichen Gegner zu trainieren. Infektionen dagegen können Kinder in ihrer Entwicklung zurückwerfen und gesundheitliche Komplikationen bis hin zu Todesfällen verursachen. Genau das lässt sich mit Impfungen vermeiden.

Löst zum Beispiel eine Infektion mit Meningokokken eine Hirnhautentzündung oder eine Blutvergiftung aus, so stirbt auch heute noch etwa jedes zehnte Kind daran.

Kann ich nach einer Impfung mich oder andere anstecken?

Die meisten der heutigen Impfstoffe sind inaktiviert und können daher die Krankheit, vor der sie schützen sollen, weder auslösen noch kann man sich damit anstecken. Auch bei den abgeschwächten Lebendimpfstoffen ist es sehr selten, dass Geimpfte andere anstecken können. Gefährdet sind dadurch insbesondere immungeschwächte Menschen.

Hierzulande historisch geworden sind jene Fälle, in denen eine Kinderlähmung nach einer Schluckimpfung auftrat. Ein solches Ereignis war sehr selten – es trat nur bei ungefähr einer von vier Millionen Impfungen auf. Aber noch heute haben viele Menschen Angst vor einer solchen Nebenwirkung. Seit 1998 wird in Deutschland eine Impfung gegen Kinderlähmung verabreicht, die keine lebenden Viren enthält und die Erkrankung nicht mehr auslösen kann.

Achtung: In seltenen Fällen kann die Masernimpfung sogenannte „Impfmasern“ auslösen. Der Verlauf ist aber viel milder als bei den echten Masern und es gibt keine Komplikationen. Zudem sind „Impfmasern“ nicht ansteckend.

12

Impfungen und Allergien – was sollte man beachten?

Eine Allergie bedeutet eine „überschießende“ Abwehrreaktion des Immunsystems gegen bestimmte Stoffe. Viele Eltern glauben, dass ein Kind mit Allergie oder mit dem Risiko für eine Allergie durch eine Impfung belastet wird oder sich die Allergie verschlimmert. Studien zeigen jedoch, dass diese Sorge unbegründet ist – zum Beispiel haben Kinder mit Neurodermitis kein erhöhtes Risiko, dass sich ihre Krankheit verschlimmert; es scheint bei manchen Impfungen eher das Gegenteil einzutreten.

Auch eine Häufung von Allergien durch Impfungen lässt sich nicht belegen. Eine Erfahrung hierzulande weist sogar in eine entgegengesetzte Richtung: In der ehemaligen DDR, wo eine gesetzliche Impfpflicht bestand und fast alle Kinder geimpft wurden, gab es kaum Allergien.

Achtung: Vorsicht ist geboten, wenn eine sehr starke Allergie gegen Impfstoffbestandteile besteht (z. B. Hühnereiweiß). Hier wird die Ärztin oder der Arzt prüfen, ob ein mögliches Risiko höher als der Impfnutzen ist.



Wie informiere ich mich, wann welche Impfung ansteht?

Die Ständige Impfkommission (STIKO) empfiehlt geeignete Zeitpunkte für bestimmte Impfungen. Die Abfolge der Teilimpfungen sowie die Zeiträume, nach denen Auffrischimpfungen erfolgen sollten, werden in einem „Impfkalender“ übersichtlich dargestellt (siehe S. 26/27).

Bei Kindern werden Impfungen routinemäßig im Rahmen der Früherkennungsuntersuchungen angeboten und im Impfpass vermerkt. Auch bestimmte Ereignisse wie Verletzungen, größere Krankheitswellen (zum Beispiel aufgrund von Masern) oder Reisen werden Ihren Arzt oder Ihre Ärztin veranlassen, Ihren Impfschutz zu überprüfen. Durchgeführte Impfungen sollten stets vom Arzt bzw. von der Ärztin in einem Impfpass eingetragen werden.

Foto: © Yantra / Fotolia

Masernschutzgesetz: Alle Kinder, die mindestens ein Jahr alt sind und eine Gemeinschaftseinrichtung besuchen, müssen eine Masernimpfung oder eine Masernimmunität aufweisen. Kinder ab zwei Jahre müssen zwei Masernimpfungen oder eine ausreichende Immunität gegen Masern nachweisen.



14

Was ist, wenn ich eine Impfung versäumt habe?

Eine verpasste Impfung bedeutet, dass der Schutz gegen die entsprechende Krankheit lückenhaft wird oder möglicherweise noch nicht vollständig ist. Für einen frühestmöglichen Schutz sollte man sich daher an das von der STIKO empfohlene Impfschema halten.

Versäumte Impfungen sollten so bald wie möglich nachgeholt werden. Es gibt dabei meist keine unzulässig großen Abstände zwischen Impfungen. In der Regel gilt: Jede Impfung zählt. Ein sicherer Schutz besteht aber erst dann, wenn die Grundimmunisierung vollständig ist.

Wenn der Arzt oder die Ärztin nicht sicher sind, ob eine empfohlene Impfung ordnungsgemäß durchgeführt wurde, wird er oder sie notwendige oder nicht im Impfpass vermerkte Teilimpfungen in den entsprechenden Zeitabständen nachholen.

Achtung: Vergessen Sie bei Impfterminen Ihren Impfpass nicht – oder lassen Sie Impfungen so bald wie möglich nachtragen.



15

Muss ein Impftermin im Erkrankungsfall verschoben werden?

„Mein Kind ist erkältet“ – für manche Eltern ein Grund, den Impftermin abzusagen. Solange es aber kein Fieber hat, also eine Körpertemperatur über $38,5^{\circ}\text{C}$, ist es nicht nötig, die Impfung zu verschieben. Selbst während einer Behandlung mit Antibiotika kann man impfen.

Wer allerdings wegen ernsthafter Beschwerden in Behandlung ist, sollte wenigstens zwei Wochen nach der Genesung warten, bevor er sich impfen lässt. Patientinnen oder Patienten mit Immundefekten oder Erkrankungen wie Multiple Sklerose oder Rheuma, bei denen Medikamente eingesetzt werden, die das Immunsystem unterdrücken, sollten zuvor mit ihrer Ärztin oder ihrem Arzt ausführlich über eine anstehende Impfung sprechen.



16

Kann ich mich auch noch impfen lassen, wenn ich mich schon angesteckt habe?

Foto: © Dream-Emotion / Fotolia.com

Der beste Impfschutz ist immer der, der rechtzeitig vor einer möglichen Ansteckungsgefahr aufgebaut wird. Dennoch ist es in einigen Fällen auch möglich, sich noch nach einer vermutlichen Ansteckung zu schützen. Wenn schnell aktiv geimpft wird, geben einige wenige Impfstoffe noch einen Teilschutz (z. B. Masern, Windpocken).

Bei anderen Impfungen, beispielsweise gegen Tetanus und Tollwut, ergänzt man die aktive Impfung durch eine sogenannte passive Immunisierung. Dabei werden die Antikörper gegen die jeweilige Infektionskrankheit direkt gegeben, so dass die Zeit bis zur Bildung eigener Antikörper überbrückt werden kann. Eine passive Immunisierung bietet aber nur einen kurzfristigen Schutz, kann eine aktive Impfung also nicht ersetzen.

Zudem merkt nicht jeder sofort, dass er sich infiziert hat, daher gilt: Vorsorge ist immer besser als im Notfall eingreifen zu müssen.

Tipp: Sprechen Sie Ihre Ärztin oder Ihren Arzt an, wenn Sie sich hinsichtlich Ihres Impfstatus nicht sicher sind.

Muss ich mich nach einer Impfung besonders schonen?

Jeder lernt: Bei Krankheit keinen Sport treiben und nicht zu sehr anstrengen. Eine Impfreaktion wie eine Rötung der Einstichstelle oder eine etwas erhöhte Körpertemperatur ist allerdings keine Krankheit. Daher spricht nichts gegen eine leichte körperliche Belastung nach der Impfung.

Übertreiben sollte man allerdings nicht: Manche sportlichen Aktivitäten wie lange Ausdauerläufe oder ein Workout mit hoher Gewichtsbelastung sind so kraftraubend, dass man sie nach der Impfung besser unterlässt.

Auch vor geplanten Operationen sollte man bestimmte Abstände einhalten: Wird mit einem Lebendimpfstoff geimpft, so sollte zwei Wochen gewartet werden; bei inaktivierten Impfstoffen reichen drei Tage zwischen Impfung und Operation.

Achtung: Bei starker körperlicher Belastung kann es vorkommen, dass eine Impfreaktion – zum Beispiel Schmerzen an der Einstichstelle – verstärkt wird.



Ich bin schwanger. Darf ich mich impfen lassen?

Alle Impfungen mit inaktivierten Impfstoffen können grundsätzlich auch in der Schwangerschaft durchgeführt werden – beispielsweise Impfungen gegen Tetanus, Keuchhusten (Pertussis) oder die Grippe (Influenza). Für Schwangere werden Impfungen gegen Grippe und Keuchhusten sogar ausdrücklich empfohlen.

Wichtig ist bei Kinderwunsch, rechtzeitig vor einer Schwangerschaft den Immunstatus zu prüfen und gegebenenfalls gegen Windpocken, Masern, Mumps und vor allem Röteln zu impfen. Nach einer Impfung mit Lebendimpfstoffen wie der Masern-Mumps-Röteln-Impfung wird sicherheitshalber dazu geraten, erst nach einem Monat schwanger zu werden.

Wird eine Frau jedoch direkt nach der Impfung schwanger oder wird sie während einer noch nicht bekannten Schwangerschaft geimpft, so hatte dies in den bisher beobachteten Fällen keinen schädlichen Einfluss auf das Kind.

Info: Während der Stillzeit kann sich die Mutter nach Absprache mit dem Arzt oder der Ärztin impfen lassen.

19

Warum sollte ich mich gegen Grippe impfen lassen?

Viele Menschen unterscheiden nicht zwischen einer Erkältung und einer echten Grippe (Influenza). Eine Grippeimpfung schützt ausschließlich vor einer Influenza, nicht vor einer fieberhaften Erkältung. Grippewellen fordern oft zahlreiche Todesopfer. Besonders gefährdet sind ältere Menschen (über 60 Jahre) sowie Menschen mit chronischen Erkrankungen und Schwangere. Daher empfiehlt die STIKO diesen Personen, sich gegen Grippe impfen zu lassen.

Influenzaviren verändern sich ständig. Die Impfstoffe werden daher jedes Jahr auf die drei bzw. vier Virusvarianten abgestimmt, die in der anstehenden Grippesaison voraussichtlich am häufigsten auftreten werden. Die STIKO empfiehlt seit 2018 Grippeimpfstoffe gegen vier Virusvarianten (quadrivalente Impfstoffe). Den besten Schutz für die jeweilige Saison bietet eine jährliche Impfung - am besten rechtzeitig vor Beginn der Grippesaison im Oktober oder November.

Tipp: Wenn man mit vielen Menschen in Kontakt kommt, kann es sinnvoll sein, sich impfen zu lassen. Auch medizinischem Personal wird zur Grippeimpfung geraten, damit sie sich nicht selbst oder gar ihre Patienten anstecken.



Wann muss ich Impfungen selbst bezahlen?

Für alle Impfungen, die von der STIKO empfohlen werden, übernehmen die Krankenkassen die Kosten. Einige Impfungen, zum Beispiel gegen die von Zecken übertragene Frühsommer-Meningoenzephalitis (FSME), werden nur bezahlt, wenn ein Grund dafür vorliegt. Das kann beispielsweise der Wohn- oder Aufenthaltsort in einem FSME-Risikogebiet in Deutschland sein. Urlaub in fernen Ländern macht es oft ratsam, sich gegen zusätzliche Krankheiten, die dort häufiger vorkommen, durch Impfung oder andere Maßnahmen zu schützen. Reiseimpfungen muss man meist aus eigener Tasche bezahlen. Fragen Sie bei Ihrer Krankenkasse nach, ob und unter welchen Voraussetzungen sie die Kosten für Reiseimpfungen erstattet.

Tipp: Denken Sie vor Reisen daran, dass ein Impfschutz nicht sofort eintritt; besprechen Sie daher rechtzeitig mit der Ärztin oder dem Arzt, welche Impfungen für Ihr Reiseziel empfohlen werden.

Impfkalender 2019/2020 – Welche Impfungen sind

Empfehlungen der Ständigen Impfkommission (STIKO), Stand August 2019



Säuglinge und Kleinkinder
(2 – 23 Monate)

Impfungen	6 Wochen	2 Monate	U4 3 Monate	4 Monate	U6 11–14 Monate	U7 18 Monate
	Rotaviren >	G1 ^a	G2	(G3)		
Tetanus >		G1	G2	G3	G4	
Diphtherie >		6-fach-Impfung	6-fach-Impfung	6-fach-Impfung	6-fach-Impfung	
Keuchhusten (Pertussis) >						
Hib (Haemophilus influenzae Typ b) >						
Kinderlähmung (Poliomyelitis) >						
Hepatitis B >						
Pneumokokken >		G1 ^b		G2	G3	
Meningokokken C >					G (ab 12 Monate)	
Masern >					G1	
Mumps >					3-fach-Impfung MMR	
Röteln >						
Windpocken (Varizellen) >					G1	
HPV (Humane Papillomviren) >						
Gürtelrose (Herpes zoster) >						
Grippe (Influenza) >						

U Impftermin bei Früherkennungsuntersuchung Kinder

G Grundimmunisierung (bis zu vier Teilimpfungen G1–G4)

S Standardimpfung

J Impftermin bei Früherkennungsuntersuchung Jugendliche

N Nachholimpfung (bei unvollständigem Impfschutz)

A Auffrischimpfung



Kinder und Jugendliche (2 – 17 Jahre)



Erwachsene (ab 18 Jahre)

Alter (Monate)	Kinder und Jugendliche (2 – 17 Jahre)					Erwachsene (ab 18 Jahre)	
	2–4 Jahre	U9 5–6 Jahre	11 9–14 Jahre	15–16 Jahre	17 Jahre	ab 18 Jahre	ab 60 Jahre
N		A1		A2		N	
N		A1		A2		N	A (alle 10 Jahre)
N		A1		A2		N	A ^d
N							
N				A		N	ggf. N
N							
N							S ^f
N							
G2							S ^e
G2							
G2				G1+G2 ^c		N ^c	
							G1+G2 ^h
							S (jährlich)

Personen mit chronischen Erkrankungen (jährlich) und für Schwangere

- a** die 1. Impfung möglichst ab vollendeter 6. Lebenswoche, je nach Impfstoff 2 bzw. 3 Schluckimpfungen (G2/G3) mit einem Mindestabstand von 4 Wochen
- b** Frühgeborene erhalten eine zusätzliche Impfung im Alter von 3 Monaten (insgesamt 4 Impfungen)
- c** 2 Impfungen (im Abstand von mindestens 5 Monaten) für Mädchen und Jungen im Alter von 9 - 14 Jahren; bei Nachholen der Impfung beginnend im Alter > 14 Jahre sind 3 Impfungen erforderlich
- d** einmalige Auffrischung; möglichst mit der nächsten Impfung gegen Tetanus/Diphtherie/ggf. Poliomyelitis
- e** Impfung für alle nach 1970 Geborene mit unklarem Impfschutz, ohne Impfung oder nur einer Impfung in der Kindheit
- f** Impfung mit sogenanntem Polysaccharid-Impfstoff
- h** Zweimalige Impfung mit dem Totimpfstoff im Abstand von mindestens 2 und maximal 6 Monaten

Internet-Tipps

Weitere Informationen zu Impfungen finden Sie bei der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung unter

- www.impfen-info.de
- www.infektionsschutz.de

sowie auf den Seiten

- des Robert Koch-Instituts: www.rki.de/impfen
- des Paul-Ehrlich-Instituts: www.pei.de/impfen
- Informationen zum Masernschutzgesetz finden Sie unter:
www.masernschutz.de

Informationen zu Reiseimpfungen finden Sie unter:

- www.auswaertiges-amt.de

Impressum

Dr. Monika von Berg (verantwortlich)

Redaktion: Volker Schuck

© Springer Medizin | Urban & Vogel GmbH

In Zusammenarbeit mit der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) sowie mit fachlicher Beratung durch das Robert Koch-Institut und das Paul-Ehrlich-Institut.

Druck: Warlich Druck Meckenheim GmbH,

Am Hambuch 5, 53340 Meckenheim

Auflage: 4.100.04.20

Stand: März 2020

Bestellnummer: 62100219

Bestelladresse: Diese Broschüre ist kostenlos bei der BZgA, 50819 Köln, im Internet unter www.bzga.de oder per E-Mail an order@bzga.de bestellbar. Sie ist nicht zum Weiterverkauf durch die Empfängerin/den Empfänger oder durch Dritte bestimmt.