

Grippe und Grippeimpfung

– Anmerkungen von Günter Lepperdinger –

Grippe (Influenza)

Wer einer Grippe vorbeugen will, sollte sich mit täglicher Bewegung und gesunder Ernährung - viel Obst und Gemüse - fit halten. Nur ein starkes Immunsystem kann das Grippevirus entsprechend in Schach halten.

Durch eine vorbeugende Impfung wird das Abwehrsystem mit Virusbestandteilen "bekannt gemacht", und so die Immunantwort unterstützt und beschleunigt. Speziell in den Wintermonaten, in denen durch Erkältung, aber auch durch saisonal bedingt veränderte Ernährung, der Körper entsprechend gefordert wird, steigt das Risiko von viralen Erkrankungen.

Eine Grippeerkrankung dauert oft mehrere Wochen und kann tödlich enden! (nicht zu verwechseln mit einem grippalen Infekt). Die Influenza-Sterberate wird in Österreich mit ca. 1000 Todesfällen beziffert. (2012 Tote durch Transportmittelunfälle: 554, Lawinentote 13, Ertrinken: 34; Vergiftungen 20)

Bei älter werdenden Menschen beginnt das Immunsystem zu schwächeln; auch bei vermeintlichen Gesunden und nicht nur bei PatientInnen mit chronischen Leiden. Daher sind Menschen über 65 besonders gefährdet - eine Impfung wird daher für diese Altersgruppe sehr empfohlen.

Junge Menschen sind hingegen potentielle Überträger. Nach Infektion beginnt das Immunsystem den Grippevirus zu bekämpfen. In dieser Zeit verursacht der Virus zwar keine Grippe Symptome. TrägerInnen werden nicht ins Bett gezwungen und werden zu ÜberträgerInnen. Durch täglichen Kontakt mit KollegInnen und anderen Gruppen wird so der Erreger weiträumig und schnell verbreitet.

Eine Grippeimpfung bei Jungen hilft also nicht nur Geimpften gesund zu bleiben, sondern sie hilft indirekt auch KollegInnen, FreundInnen und Bekannten und der Familie. Daher sollten besonders verantwortungsvolle Menschen, wie zB LehrerInnen, in der Pflege und im Rettungsdienst Tätige, in der Verwaltung Tätige und Leute in der Lebensmittelversorgung oder im öffentlichen Verkehr, also solche die täglich mit großen Gruppen von Leuten zusammentreffen (Tröpfcheninfektion), in Erwägung ziehen, sich zu impfen.

Impfstoff/Impfung:

Die Impfstoffe werden jährlich neu entwickelt und nach Empfehlungen der Weltgesundheitsorganisation WHO in ihrer Spezifität bestimmte Grippestämme zu erkennen, zusammengestellt. Die WHO unterhält ein umfangreiches Überwachungssystem, das die Entwicklung der im Umlauf befindlichen Grippestämme sehr genau beobachtet. Die WHO sieht auch heuer wieder das Virus A (H1N1), auch als „Schweinegrippe“-Virus bekannt, in Europa im Kommen, aber auch den Subtyp H3N2. Beim Influenza-B-Virus wird mit einer neuen Version gerechnet. Alle aktuellen Impfstoffe bieten Schutz vor diesen drei erwarteten Virusvarianten. Darüber hinaus stehen in der kommenden Grippesaison Impfstoffe zur Verfügung, die zusätzlich gegen ein weiteres Influenza-B-Virus schützen.

Die Grippeimpfung verursacht keine Grippeinfektion. Es kommt aber häufig zu Nebenwirkungen wie Müdigkeit, leichtes Fieber und Schmerzen im gestochenen Arm. Das sind aber eigentlich Zeichen, dass der Körper auf die Impfung reagiert und ein entsprechendes Immungedächtnis etabliert.

Die Schutzwirkung beginnt ca. 2 Wochen nach der Impfung.

Der Schutz hält während der gesamten Grippesaison und muss nicht aufgefrischt werden.

Die Impfung schützt nicht vor Erkältungen und grippalen Infekten.

WICHTIG: Bei Überempfindlichkeit gegen Hühnereier muss ein spezieller Impfstoff, der nicht in Hühnereiern produziert wurde, verabreicht werden.

Der beste Zeitpunkt für eine Impfung ist Oktober/November.



Univ. Doz. Dr. Günter Lepperdinger ist Mitglied des Betriebsrates für das wissenschaftliche Personal an der Universität Innsbruck. Er leitet eine Forschungsgruppe am Forschungsinstitut für biomedizinische Altersforschung (ehemals Institut der Österreichischen Akademie der Wissenschaften). Das Institut verfügt über eine langjährige Erfahrung in der Entwicklung und Erforschung von Impfstoffen, insbesondere für ältere Menschen.