

Deutscher Senioren Ring e.V.

:: GESUNDHEIT IM ALTER ::



**Impfschutz gegen  
Pneumokokken**  
(bakterielle Lungenentzündung)

Zum Mitnehmen

### Pneumokokken – nicht weniger gefährlich als Grippeviren!



Der Herbst naht und mit ihm die Zeit, sich zu vergewissern, dass der Impfschutz für die kalte Jahreszeit „steht“.

Neben der Gripeschutzimpfung ist im Seniorenalter besonders auf den Schutz vor einer Pneumokokken-Infektion zu achten. Pneumokokken sind kaum weniger gefährlich als Grippeviren.

Pneumokokken sind weit verbreitet und können eine ganze Reihe von Krankheiten auslösen.



Für Senioren zweifellos am bedrohlichsten ist die Lungenentzündung.

Jedes Jahr sterben in Deutschland etwa 12.000 Menschen an dieser Krankheit, mehr als 80 % davon sind älter als 60 Jahre.

Mit den Pneumokokken hat das Immunsystem seine Probleme: Diese Bakterien umgeben sich mit einer Kapsel, die den Fresszellen der Immunabwehr den Angriff erschweren. Dann werden zusätzlich Antikörper benötigt, um den Feind auszuschalten – doch die kann ein alterndes Immunsystem oft nicht schnell genug in ausreichender Menge herstellen.

Hinzu kommt, dass die Lungenentzündung bei älteren Menschen leichter übersehen wird, weil sie oft „maskiert“ verläuft, also nicht mit den typischen Symptomen wie hohem Fieber,



Schüttelfrost und Husten mit eitrigem Auswurf. Es ist also nicht gewährleistet, dass die Behandlung mit Antibiotika immer rechtzeitig eingeleitet wird – Komplikationen und akute Verschlechterung können die Folge sein.

Wer das 60. Lebensjahr erreicht hat, sollte sich durch eine Impfung gegen Pneumokokken schützen, empfiehlt deshalb die Ständige Impfkommission (STIKO). Der Erwachsenen-Impfstoff erzeugt eine Immunität gegen die 23 wichtigsten Typen von Pneumokokken. Der Impfschutz sollte alle fünf bis sechs Jahre aufgefrischt werden. Als von der STIKO empfohlene Impfung wird auch die gegen Pneumokokken von den Krankenkassen voll bezahlt.

## Wie in jedem Jahr – rechtzeitig an die Grippeimpfung denken!

Für Senioren besonders wichtig: die Gripeschutzimpfung. Die Virusgrippe, medizinisch Influenza, zählt zu den größten Killern bei Menschen im höheren Lebensalter, weil ihr Immunsystem den Viren nicht mehr so viel entgegensetzen hat. Auf die Influenza propfen sich überdies oft weitere Atemwegsinfektionen auf, die das Krankheitsbild weiter verschlimmern.



Besonders gefährdet sind ältere Menschen wenn sie an einer chronischen Krankheit wie Diabetes, Herz- oder Nierenproblemen leiden.



## Neuer Grippeimpfstoff speziell für Senioren

Ganz neu auf dem Markt ist jetzt ein Grippeimpfstoff der speziell für Senioren ab 60 Jahren entwickelt wurde.

Im Gegensatz zu den herkömmlichen Grippeimpfstoffen wird der neue Impfstoff (**“INTANZA“**) nicht in das Muskelgewebe am Oberarm, sondern mit einer sehr feinen und kurzen Nadel kaum spürbar in die Haut am Oberarm injiziert.

In der Haut befinden sich eine hohe Konzentration von spezialisierten Immunzellen sowie ein lymphatisches Netzwerk, das zu einer verstärkten Aktivierung von Immunreaktionen führt, mit anderen Worten zu einer besonders starken Immunisierung. Dies ist gerade für die immunschwächeren älteren Menschen von Vorteil.



Ein weiterer Vorteil dieses neuen Impfstoffes ist, dass die oberflächliche Hautinjektion von vielen älteren Menschen, die häufig relativ wenig Muskelgewebe am Oberarm aufweisen, angenehmer empfunden wird als die intramuskuläre Injektion.

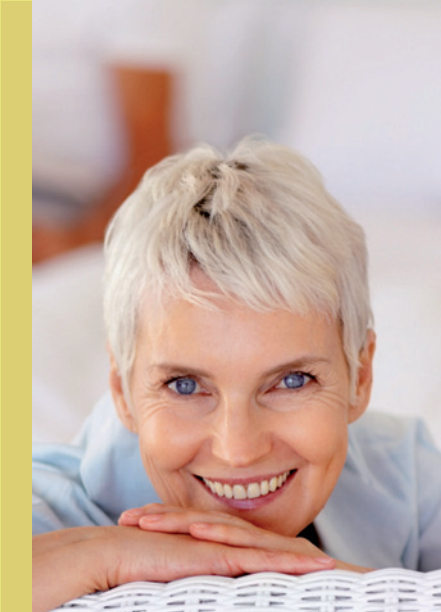
Wie praktisch alle modernen Impfstoffe ist auch der neue Impfstoff gegen Influenza sehr gut verträglich. Lokale Rötungen und Schwellungen können auftreten, auch mal eine fieberhafte Reaktion, aber das alles verschwindet binnen weniger Tage.

### Sprechen Sie mit Ihrem Hausarzt!

i

Wenn Sie mit Ihrem Hausarzt über die anstehende Gripeschutzimpfung sprechen, fragen Sie ihn gleich auch nach der Pneumokokken-Impfung! Beide Impfstoffe können zeitgleich verabreicht werden – einer in den rechten, einer in den linken Oberarm. Dann können Sie mit dem guten Gefühl nach Hause gehen, gegen die beiden gefährlichsten Atemwegsinfektionen gut geschützt zu sein.





Herausgeber:  
Deutscher Senioren Ring e. V.  
[www.seniorenring.de](http://www.seniorenring.de)

Text:  
Manuela Arand, Berlin

Gestaltung:  
AgenturEnergie GmbH  
[www.agenturenergie.de](http://www.agenturenergie.de)

