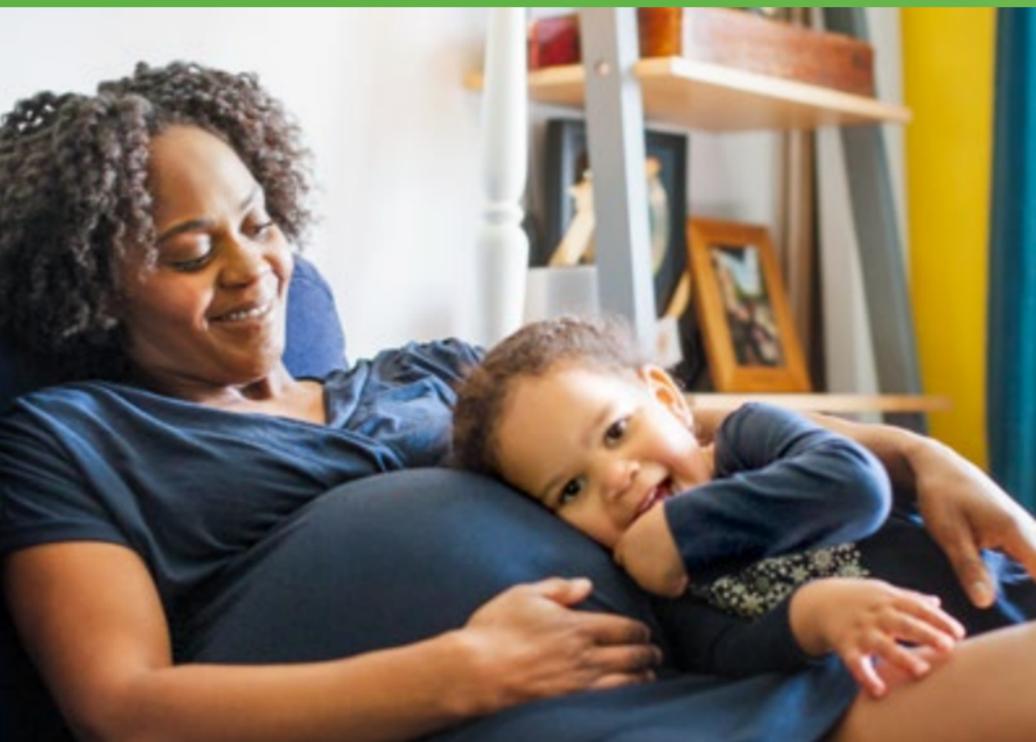




Grippeimpfung

**Impfung in der Schwangerschaft schützt
Mutter und Kind.**





Gesund durch die Schwangerschaft

Das Wohlbefinden und die Gesundheit von Mutter und Kind stehen in der Schwangerschaft an erster Stelle.

Eine Grippeerkrankung (Influenza) kann die Gesundheit von Mutter und Kind ernsthaft gefährden. So steigt im Laufe der Schwangerschaft das Risiko für schwere Verläufe der Grippe mit Komplikationen wie zum Beispiel einer Lungenentzündung, die im Krankenhaus behandelt werden müssen. Zudem erhöht eine Grippeinfektion während der Schwangerschaft die Gefahr von Wachstumsverzögerungen und von Fehl- oder Frühgeburten.

Saisonale Grippe: Vermeidbares Risiko für Mutter und Kind

Um das Risiko für schwere Verläufe der Grippe zu minimieren, empfiehlt die Ständige Impfkommission (STIKO), eine unabhängige Expertengruppe, allen Schwangeren eine Impfung gegen die saisonale Grippe. Diese Impfung bietet nachweislich einen wirksamen Schutz für Mutter und Kind.

Saisonale Grippe: Was ist das?

Eine echte Grippe (saisonale Influenza) ist eine hoch ansteckende Infektionskrankheit. In unseren Breitengraden kommt es vor allem im Winter, zumeist zwischen Januar und März, regelmäßig zu sogenannten Grippewellen. In dieser Zeit ist die Wahrscheinlichkeit, sich anzustecken und zu erkranken, besonders hoch.

Influenzaviren werden über Tröpfchen, zum Beispiel beim Sprechen oder Husten, sowie über die Hände oder bei Kontakt mit verunreinigten Oberflächen übertragen. Die Viren befallen und schädigen die Schleimhäute der oberen Atemwege. Dies verursacht nicht nur die typischen Krankheitszeichen (wie trockenen Husten und Halsschmerzen), sondern macht den Körper auch anfälliger gegenüber bestimmten bakteriellen Erregern, die dann eine gleichzeitige Infektion mit weiteren Krankheitserregern verursachen können.

Eine **echte Grippeerkrankung** äußert sich durch:

- einen plötzlichen Krankheitsbeginn mit Fieber ($\geq 38,5$ °C)
- trockenen Reizhusten
- Kopf-, Hals-, Muskel- und Gliederschmerzen
- Abgeschlagenheit und manchmal Übelkeit/Erbrechen
- Schweißausbrüche

Diese typischen Symptome treten bei rund einem Drittel der Erkrankungsfälle auf.

Komplikationen einer Grippeerkrankung wie eine Lungen- oder Herzmuskelentzündung sind möglich.

Erkältungskrankheiten, auch „Grippale Infekte“ genannt, werden hingegen von anderen Viren verursacht, verlaufen meist milder und klingen nach wenigen Tagen ab.

**WICHTIG ZU
WISSEN**

Die Grippeimpfung schützt nur vor Grippeviren und nicht generell vor anderen Erkältungskrankheiten oder einer Erkrankung an COVID-19.

Warum ist eine Grippe während der Schwangerschaft gefährlich?

Während der Schwangerschaft ist die Immunabwehr weniger aktiv: Dies ist ein natürlicher Schutzmechanismus für das ungeborene Kind – denn so wird verhindert, dass es durch das Immunsystem der Schwangeren als Fremdkörper angegriffen wird. Dadurch sind schwangere Frauen in der Regel jedoch auch anfälliger für Infektionen.

Zudem ändern sich während der Schwangerschaft Atmung und Kreislauf, wodurch das Risiko für einen schweren Krankheitsverlauf zusätzlich erhöht wird.



Eingeschränkte Behandlungsmöglichkeiten während der Schwangerschaft

Jede Medikamentengabe während der Schwangerschaft muss sorgfältig abgewogen werden. Denn im Vordergrund stehen die gesunde Entwicklung des Kindes sowie die Sicherheit der Mutter. Dies gilt auch für die Verabreichung von antiviralen Medikamenten, die in der Schwangerschaft nur nach einer strengen Prüfung für den jeweiligen Einzelfall erfolgt.

Antibiotika sind zur Behandlung einer Viruserkrankung, wie im Falle der Grippe, unwirksam: Sie eignen sich nur zur Behandlung einer Infektion mit Bakterien. Daher kommen Antibiotika höchstens bei gleichzeitigem Vorliegen von bakteriell verursachten Komplikationen zum Einsatz.

Deshalb gilt: Vorbeugen durch eine Grippeimpfung ist besser als Behandeln.



Wie kann ich mich schützen?

Der beste Schutz gegen eine Grippeinfektion ist die rechtzeitige Impfung vor Beginn der Grippezeit. Sie hilft dem Körper, Abwehrstoffe gegen Grippeviren aufzubauen.

**IMPfung
EMPFOHLEN**

Die STIKO empfiehlt allen gesunden Schwangeren die Impfung gegen saisonale Grippe ab dem 2. Schwangerschaftsdrittel. Schwangere mit chronischen Grunderkrankungen wie Asthma, Diabetes oder Bluthochdruck sollten unabhängig vom Schwangerschaftsstadium beziehungsweise bereits ab dem 1. Schwangerschaftsdrittel geimpft werden. Schwangeren wird ebenfalls die Corona-Schutzimpfung (ab dem 2. Schwangerschaftsdrittel) empfohlen.

Auch die einmalige Impfung gegen Keuchhusten (Pertussis) wird bei jeder Schwangerschaft im letzten Schwangerschaftsdrittel (ab der 28. Schwangerschaftswoche) empfohlen. Ein Impfstoff gegen Keuchhusten ist jedoch nicht einzeln erhältlich. Daher erfolgt die Impfung mit einem Kombinationsimpfstoff gegen Tetanus, Diphtherie, Pertussis (Keuchhusten) und manchmal zusätzlich gegen Polio (Kinderlähmung).

Jährliche Anpassung des Impfstoffs

Da sich das Grippevirus leicht verändern kann, müssen die Impfstoffe jedes Jahr angepasst werden, damit ein bestmöglicher Schutz erzielt werden kann. Die sogenannten quadrivalenten Impfstoffe schützen gegen die vier



Grippevirusvarianten, die voraussichtlich in der nächsten Grippezeit am häufigsten auftreten werden. Die Ständige Impfkommission (STIKO) empfiehlt die Nutzung quadrivalenter Impfstoffe.

Wie bei jeder medizinischen Behandlung reagiert nicht jede Person gleich auf die jeweilige Wirksubstanz. In einzelnen Fällen, in denen Schwangere trotz Impfung an Grippe erkrankten, verlief die Erkrankung jedoch milder.

Gute Verträglichkeit für Mutter und Kind

Bei der Grippeimpfung für Erwachsene werden keine lebenden, vermehrungsfähigen Erreger verabreicht, sondern nur bestimmte Teile, die für eine Immunantwort notwendig sind. Deshalb ist es ausgeschlossen, dass Mutter und Kind sich über die Impfung mit dem Grippeerreger anstecken. So genannte inaktivierte Impfstoffe – wie auch bei Tetanus und Keuchhusten verwendet – sind sicher und wirksam für Mutter und Kind. Impfungen mit Lebendimpfstoffen, wie gegen Masern, Mumps, Röteln, sollten hingegen nicht während, sondern bereits vor einer möglichen Schwangerschaft erfolgen.



WICHTIG ZU WISSEN

Die Grippeimpfung für Schwangere kann im Rahmen der üblichen Schwangerschaftsvorsorge in einer frauenärztlichen Praxis durchgeführt werden. Aber auch allgemeinmedizinische oder internistische Praxen, einige Gesundheitsämter, Apotheken oder Arbeitgebende bieten die Impfung an. Die Kosten für den empfohlenen Impfschutz übernehmen die Krankenkassen. Die Grippeimpfung kann gleichzeitig mit der Corona-Schutzimpfung verabreicht werden. In diesem Fall können Impfreaktionen etwas häufiger auftreten als bei der zeitlich getrennten Gabe.

Sicherheit der Impfstoffe bestätigt

Die Sicherheit der Impfstoffe wurde sowohl für Schwangere als auch für Ungeborene in verschiedenen Studien bestätigt. Es konnte keine erhöhte Zahl von schweren Reaktionen aufgrund einer Impfung festgestellt werden. Weder war die Anzahl der Frühgeburten oder Kaiserschnitte erhöht, noch gab es Unterschiede im Gesundheitszustand der Säuglinge nach der Geburt.

Wann sollte nicht geimpft werden?

Bei einer fieberhaften Erkrankung ($\geq 38,5$ °C) oder schweren akuten Infektion, sollte nicht geimpft werden. Die Impfung sollte aber so bald wie möglich nachgeholt werden.

Bei einer ärztlich diagnostizierten schweren Allergie gegen Hühnereiweiß, die sehr selten vorkommt, sollte in einer Umgebung geimpft werden, in der eine klinische Überwachung und Behandlung nach der Impfung möglich sind. Bitte sprechen Sie mit Ihrer Ärztin beziehungsweise Ihrem Arzt.

Risikoabwägung: Mögliche Nebenwirkungen

Mögliche Nebenwirkungen der Grippeimpfung sind Rötungen und Schmerzen an der Einstichstelle. Seltener sind das Auftreten von Fieber, Übelkeit oder Muskelschmerzen. Diese Anzeichen sind in der Regel harmlos und deuten auf die Aktivierung der Immunabwehr hin. Schwerwiegende Nebenwirkungen wie Ausschläge oder eine allergische Sofortreaktion treten nur in sehr seltenen Fällen auf.

Sicher ist jedoch: Die Impfrisiken sind deutlich geringer als das Risiko, an Grippe schwer zu erkranken!



Doppelter Nutzen

Eine Impfung der werdenden Mutter schützt auch das Kind nach der Geburt. Denn durch die Plazenta (Mutterkuchen) werden die Abwehrstoffe auf das Kind übertragen – man nennt dies „Leihimmunität“. Dies ist ein wichtiger Schutz, da sowohl Grippeerkrankungen als auch Keuchhusten bei Kindern im ersten Lebensjahr häufiger mit Komplikationen verbunden sein können. Säuglinge können jedoch erst ab dem sechsten Monat selbst gegen Grippe geimpft werden. Die Grundimmunisierung gegen Keuchhusten wird ab einem Alter von zwei Monaten begonnen, ein belastbarer Impfschutz kann jedoch frühestens im 5. Lebensmonat erreicht werden.



WICHTIG ZU WISSEN

Jeder, der intensiven Kontakt zu einem Neugeborenen hat, sollte über eine Grippeimpfung nachdenken – so schützt er nicht nur sich selbst, sondern auch den Säugling. Zudem empfiehlt die STIKO für Haushaltskontakte und Betreuende von Neugeborenen einen aktuellen Impfschutz gegen Keuchhusten.

Zusätzlicher Schutz: Hygiene beachten

Ergänzend zur Grippeimpfung kann das Ansteckungsrisiko durch einfache Hygieneverhaltensweisen verringert werden:

- regelmäßig die Hände mit Seife waschen
- im Krankheitsfall Abstand zu anderen Personen halten
- Papiertaschentücher möglichst nicht mehrfach benutzen, sondern schnell entsorgen
- husten oder niesen besser in die Armbeuge und nicht in die Hand – so wird die Weitergabe von Viren/Bakterien verringert.



Weitere Informationen

zum Impfen finden Sie unter:

- www.impfen-info.de/grippe
- www.infektionsschutz.de
- www.rki.de/influenza-impfung

zum gesunden Aufwachsen finden Sie unter:

- www.kindergesundheit-info.de

Impressum

Herausgeberin: Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA),
50819 Köln

Alle Rechte vorbehalten.

Erstellt in Zusammenarbeit mit dem Robert Koch-Institut.

Gestaltung: dotfly GmbH, Köln

Stand: August 2022

Auflage: 11.150.09.22

Druck: Warlich Druck Meckenheim GmbH,

Am Hambuch 5, 53340 Meckenheim

Dieses Medium wurde klimaneutral gedruckt.

Bestellnummer: 62005001

Fotos: iStock, Fotolia, Boris Breuer Fotografie, Westend61/Hoxton/Sam
Edwards

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

Die Broschüre steht in sechs
Sprachen zur Verfügung.

