



„Soll ich mich jetzt noch gegen Grippe impfen lassen, Herr Doktor?“

Dr. med. Dierk Heimann
 Er ist seit 20 Jahren Arzt und hat sich unter anderem auf Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Vorbeugungs-, Ernährungs- und Naturmedizin spezialisiert.
www.ihr-hausarzt-in-mainz.de

Mit deutlich zur Schau getragenerm Widerwillen betritt mein Patient das Sprechzimmer. „Ich bin nicht ganz freiwillig hier, Herr Doktor“, begrüßt er mich. „Meine Frau meint, ich soll mich unbedingt noch gegen die Grippe impfen lassen, bevor es im Februar und März wieder so schlimm wird.“ Ich lächle den Heizungsbauer an. „Das halte ich für eine sehr gute Idee. Zumal Sie schon einen Herzinfarkt hatten und damit zur Risikogruppe gehören.“ Die ständige Impfkommission (STIKO) empfiehlt in einem solchen Fall den Gripeschutz. Den zahlt dann auch jede Krankenkasse – dasselbe gilt für Personen über 60, chronisch Kranke, Schwangere und stillende Mütter. Wenn es nach der WHO ginge, sollten 75 Prozent der Menschen eines Landes geimpft sein, tatsächlich ist es hier höchstens jeder Dritte. Da sind wir ein echtes Entwicklungsland. „Aber im vergangenen Jahr habe ich doch trotz Impfung die Grippe bekommen!“, sagt mein Patient. „Das kann an der Impfung gelegen haben“, erkläre ich ihm. „In der letzten Saison waren drei Virustypen in der Kassen-Impfung. Die Grippe, die dann hauptsächlich umging, war leider ein anderer Virustyp.“

Die Impfung wirkt nicht immer

„Es kann allerdings auch sein, dass Sie schlicht Pech hatten.“ Mein Patient stutzt. „Selbst wer geimpft ist, kann leider die echte Grippe, die Influenza, bekommen. Erst einmal dauert es etwa zwei Wochen, bis der Schutz aufgebaut ist. Wer sich in dieser Zeit ansteckt, kann trotzdem die Grippe bekommen. Außerdem reagiert jeder Körper ein wenig anders. Man hat festgestellt, dass es gerade bei etwa einem Drittel der älteren Geimpften mit dem Gripeschutz nicht richtig klappt.“ „Und warum klappt es nicht?“, will mein Patient wissen. „Entscheidend sind wahrscheinlich die sogenannten T-Zellen“, erkläre ich ihm. „Diese körpereigenen Abwehrzellen werden im sogenannten Thymus gebildet, einem Organ, das oberhalb des Herzens liegt. Der Thymus bildet sich nach der Pubertät kontinuierlich zurück. Man geht davon aus, dass dadurch mit fortschreitendem Alter einfach nicht mehr ausreichend Abwehrzellen gebildet werden können.“ Mein Patient verschränkt seine Arme. „Und der Impfstoff – ist der in diesem Jahr wenigstens der richtige?“

Warum man sich möglichst bald impfen lassen sollte

„Alle Patienten bekommen in diesem Jahr einen Impfstoff, in dem sich vier anstelle von drei Virustypen befinden. Damit steigt die Trefferwahrscheinlichkeit für den Schutz. Allerdings rate ich Ihnen, sich zeitnah impfen zu lassen. Gerade wird der Impfstoff knapp.“ Mein Patient

reißt seine Augen auf. „Das ist doch nicht Ihr Ernst, Herr Doktor!“ „Leider doch. In einigen Regionen ordern die Apotheken den Impfstoff schon aus dem Ausland, obwohl nach Angaben des Paul-Ehrlich-Instituts, der für die Zulassung der Impfstoffe zuständigen Behörde, in diesem Jahr sogar eine Million mehr Dosen des Grippeimpfstoffes freigegeben worden sind. Offenbar lassen sich in diesem Jahr viel mehr Menschen gegen Grippe impfen als im Vorjahr.“ „Muss man sich denn jedes Jahr neu impfen lassen?“, will mein Patient nun wissen. Ich nicke. „Patienten wie Sie, die schon einmal einen Herzinfarkt hatten, halbieren damit ihr Risiko für einen weiteren Herzinfarkt oder Schlaganfall. Und wer sich regelmäßig, also mindestens vier Jahre hintereinander, impfen lässt, bei dem erhöht sich der Schutz vor einer leichten Grippe im Schnitt um 30 Prozent. Der Schutz vor einem Krankenhausaufenthalt erhöht sich sogar um 74 Prozent, vor einem tödlichen Verlauf um 70 Prozent. Das haben spanische Kollegen untersucht.“ Mein Patient holt einmal tief Luft und krepelt sein Hemd hoch. „Also gut, Herr Doktor.“ Er lässt sich erneut impfen. „9 von 100 Geimpften zeigen nach der Impfung erkältungsähnliche Symptome“, sage ich. „Die klingen aber spätestens nach ein bis zwei Tagen wieder ab.“

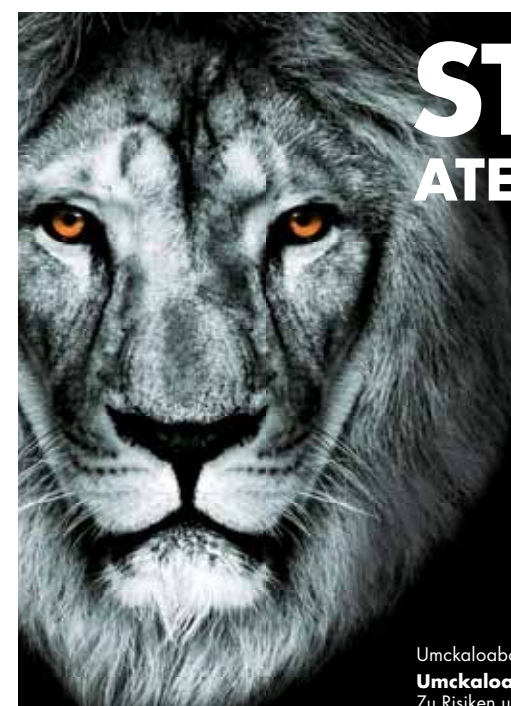
TEXT: DR. MED. DIERK HEIMANN FOTO: CHRISTOF MATTES FÜR TV HÖREN UND SEHEN



Das Magazin zum Gesund-Bleiben!

Wie die richtige Ernährung und Bewegung mit dem „täglichen Dutzend“ uns viele gesunde Lebensjahre mehr schenken kann, erklärt uns der Arzt Dr. Michael Greger. Außerdem lesen Sie in der neuen Ausgabe von Good Health, wie wir unser Immunsystem unschlagbar machen, Muskeln und Gelenke vom Schmerz befreien – und das Leben so annehmen können, wie es ist.

Jetzt am Kiosk!



STARK GEGEN DEN ATEMWEGS INFEKT*

Das pflanzliche Anti-Infektivum* mit der Kraft der südafrikanischen Kapland-Pelargonie packt den Infekt mit der Wurzel.

- Bekämpft Infekt-Erreger
- Löst zähen Schleim
- Verkürzt die Krankheitsdauer

Umckaloabo®
 Unausprechlich, aber ausgesprochen gut®



*bei akuter Bronchitis

Umckaloabo® ist eine eingetragene Marke Reg.-Nr.: 644318

Umckaloabo® Wirkstoff: Pelargonium-sidooides-Wurzeln-Auszug. Anwendungsgebiete: Akute Bronchitis (Entzündung der Bronchien). Enthält 12 Vol.-% Alkohol. Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. ISO-Arzneimittel - Eitlingen U/01/01/18/08