



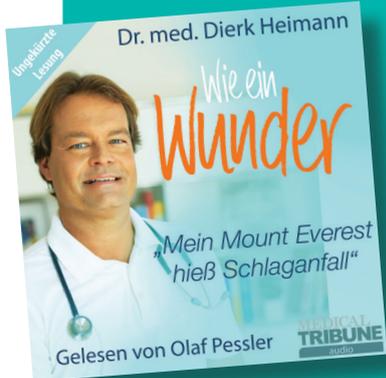
# „Gibt's eine Grippeimpfung

## speziell für Ältere, Herr Doktor?“



### Dr. med. Dierk Heimann

ist Facharzt für Allgemeinmedizin. Er hat sich unter anderem auf Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Vorbeugungs-, Ernährungs- und Naturmedizin spezialisiert.  
[www.ihr-hausarzt-in-mainz.de](http://www.ihr-hausarzt-in-mainz.de)



### Eine Geschichte, die Mut macht!

Mit 46 Jahren erleidet Dr. Dierk Heimann einen schweren Schlaganfall. Entgegen allen Prognosen überlebt er und erholt sich fast vollständig. Er gilt als medizinisches Wunder und statistische Ausnahme. Mit beeindruckender Ehrlichkeit erzählt Dr. Heimann von seiner Doppelrolle als Patient und Mediziner. Ein Lebensratgeber, der Mut macht!

## STARK GEGEN DEN ATEMWEGS INFEKT\*

Das pflanzliche Anti-Infektivum\* mit der Kraft der südafrikanischen Kapland-Pelargonie

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

# Umckaloabo®

Unaussprechlich, aber ausgesprochen gut®



\*bei akuter Bronchitis

**D**ie Schlagzeilen beunruhigen viele meiner Patienten und sorgen praktisch jeden Tag für besorgte Fragen in meiner Sprechstunde. „Stimmt es, dass uns nun eine Doppel-Seuche droht, Herr Doktor?“ Der 38-jährige Softwareentwickler gibt damit wieder, was Behörden und Experten befürchten: In diesem Herbst und Winter könnten sowohl das Corona- als auch das Grippe-Virus Millionen Menschen schwer erkranken lassen. „Sie haben Recht. Davor wird gerade gewarnt. In den USA spricht man bereits von einer Twindemie.“ Er schaut mich an. Seine Eltern sind im vergangenen Jahr beide an Corona erkrankt, lagen über Wochen im Krankenhaus. Er hat Angst. Ich sehe es ihm an. „Jetzt heißt es zu impfen – auch gegen die echte Grippe, die Influenza.“ Auf seiner Stirn bildet sich eine Falte. „Aber ich habe gelesen, dass die Grippeimpfung dieses Jahr nicht so gut wirken könnte. Stimmt das?“ Ich nicke.

### Wie gut schützt die Impfung?

„Die letzte Grippe-Saison ist durch die AHAL-Regeln, also Abstand halten, Hygiene beachten, Alltags-Masken und Lüften, praktisch ausgeblieben. Das heißt, dass die Weltgesundheitsorganisation und die Impfstoffhersteller es schwer hatten, die Grippe-Virentypen auszumachen, die in dieser Saison wahrscheinlich die Grippe auslösen werden. Dennoch macht die Impfung Sinn. Weil jede Grippeimpfung schützt. Außerdem wissen wir, dass mehrere Influenza-Impfungen aus verschiedenen Jahren den Schutz weiter erhöhen. Der Körper scheint zu lernen, sich gegen das Grippevirus zu verteidigen. Auch wenn das Virus sich ständig verändert.“ Mein Patient macht sich Notizen. „Das habe ich verstanden, Herr Doktor. Aber gibt es ab diesem Jahr nicht auch einen neuen Grippeimpfstoff speziell für die Älteren?“ Danach werde ich ebenfalls dauernd gefragt. „Es gibt einen neuen Vierfachimpfstoff, der höher dosiert ist. Er soll bei Menschen über 60 die Antikörperbildung verbessern und wird sogar von der Krankenkasse bezahlt.“ Mein Patient macht keine Anstalten, aufzustehen – offenbar liegen ihm weitere Fragen auf dem Herzen. „Und wer sollte sich jetzt impfen lassen? Nur die Älteren oder kranke Menschen? Was ist mit mir?“

### Was das RKI empfiehlt

Ich drucke ihm die Seite des Robert-Koch-Instituts mit den wichtigsten Antworten aus. „Es sollten sich dringend alle über 60 Jahren, Schwangere und Menschen mit anderen Erkrankungen, zum Beispiel an Herz oder Lunge, impfen lassen. Aber auch Menschen in Alten- und Pflegeheimen. Was weniger bekannt ist: Wer viel mit anderen Menschen zu tun hat oder einem erhöhten Ansteckungsrisiko ausgesetzt ist, kann sich auch auf Kassenkosten impfen lassen. Das sind zum Beispiel Beschäftigte in Gesundheitsberufen, Lehrer oder Menschen, die wie Sie andere am Computer schulen oder im Großraumbüro arbeiten.“ Er nickt und bleibt weiterhin sitzen. „Eine Frage hätte ich noch“, sagt er. Ich lächle. „Kann man sich auch gegen Corona und die Grippe gleichzeitig impfen lassen?“ Ich nicke. „Ja, seit einigen Tagen wird genau das sogar empfohlen. Die Corona-Impfung in den einen, die gegen Grippe in den anderen Arm. Das ist sicher und wird gut vertragen.“ Der junge Familienvater bewegt sich noch immer nicht. „Aber gibt es keinen Kombi-Impfstoff?“ „Da laufen gerade erste klinische Studien“, sage ich. Nun steht mein Patient auf. „Vielen Dank, dass Sie sich die Zeit genommen haben, Herr Doktor.“

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



# Lebenskraft und Vitalität bis ins hohe Alter

## Natürliches Arginin plus B-Vitamine für gesunde Gefäße:

- im Frühstadium von Bluthochdruck und Arteriosklerose
- sehr gut verträglich und mit Medikamenten kombinierbar
- für Diabetiker geeignet

### Als Filmtabletten und Granulat



Rezeptfrei in Ihrer Apotheke!

[www.telcor.de](http://www.telcor.de)

TELCOR® Arginin plus ist ein Lebensmittel für besondere medizinische Zwecke (bilanzierte Diät) und mit seiner speziellen Nährstoffkombination zum Diätmanagement bei leichtem Bluthochdruck, Störungen der Gefäßfunktion (u.a. Durchblutungsstörungen) im Frühstadium von Arteriosklerose sowie erhöhtem Homocysteinspiegel geeignet. QUIRIS® Healthcare – 33334 Gütersloh