

Impfstoff gegen saisonale Grippe

Öffentliche Gesundheit – Informationsblatt

Impfungen gehören zu den wichtigsten Errungenschaften im Bereich der öffentlichen Gesundheit. Impfungen helfen, Infektionen und Krankheiten zu beseitigen und ihre Ausbreitung zu kontrollieren. Impfstoffe helfen Ihrem Immunsystem, krankheitserregende Bakterien und Viren zu erkennen und zu bekämpfen.

Was ist die saisonale Grippe?

Die saisonale Grippe (Influenza) ist eine Atemwegsinfektion, die durch ein Virus verursacht wird. Nicht jeder Mensch, der an der Grippe erkrankt, entwickelt Symptome, aber er kann die Grippe trotzdem auf andere übertragen, insbesondere wenn er hustet oder niest. Die Grippe mag anderen Atemwegsviren oder einer gewöhnlichen Erkältung ähneln. Die Symptome sind jedoch in der Regel schwerwiegender als bei einer gewöhnlichen Erkältung. Zu diesen Symptomen können plötzliches hohes Fieber, Gliederschmerzen, extreme Müdigkeit, Halsschmerzen und trockener Husten gehören. Übelkeit und Magenverstimmung können ebenfalls auftreten, insbesondere bei kleinen Kindern. Die Grippe kann zu schwerwiegenderen Problemen wie Lungenentzündungen führen, die einen Krankenhausaufenthalt erforderlich machen können.

Die Grippe kann sich leicht von Mensch zu Mensch durch Husten, Niesen oder das Teilen von Speisen oder Getränken übertragen. Sie können sich auch mit der Grippe anstecken, indem Sie mit dem Grippevirus kontaminierte Gegenstände berühren und sich anschließend an Mund, Augen oder Nase fassen. Aus diesem Grund ist es wichtig, beim Husten oder Niesen die Nase und den Mund mit dem Unterarm zu bedecken. Vermeiden Sie es, sich ins Gesicht zu fassen, und achten Sie auf eine gute Handhygiene. Handhygiene kann durch Händewaschen mit Wasser und Seife oder durch Verwendung eines alkoholhaltigen Handdesinfektionsmittels erfolgen, insbesondere nach dem Husten und Niesen.

Die Grippezeit kommt jedes Jahr wieder. In Manitoba beginnt sie normalerweise im Herbst und dauert bis in den Frühling hinein. Zu Ihrem eigenen Schutz und zum Schutz Ihrer Mitmenschen sollten Sie sich bereits früh im Herbst, bevor die Grippe in Manitoba ausbricht, mit dem Grippeimpfstoff impfen lassen.

Was ist der Grippeimpfstoff?

Jedes Jahr verfolgen Wissenschaftler die weltweite Ausbreitung der Grippe. Anhand dieser Daten können sie vorhersagen, welche Grippeviren in der nächsten Grippezeit voraussichtlich die meisten Erkrankungen verursachen werden. Diese Viren werden dann zur Entwicklung des Grippeimpfstoffs für das jeweilige Jahr verwendet. Folglich kann der Impfstoff jedes Jahr unterschiedlich sein. Aus diesem Grund und weil der Impfschutz mit der Zeit nachlässt, ist es wichtig, sich jedes Jahr gegen die Grippe impfen zu lassen.

Es gibt viele verschiedene Grippeimpfstoffe, die von Health Canada zugelassen sind. Zugelassene Impfstoffe, die Teil des Impfprogramms gegen saisonale Grippe in Manitoba sind, stehen allen Einwohnern von Manitoba kostenlos zur Verfügung.

Der Grippeimpfstoff bietet keinen Schutz vor anderen viralen oder bakteriellen Infektionen, einschließlich Krankheiten wie gewöhnlichen Erkältungen, Magen-Darm-Grippe oder anderen Atemwegserkrankungen wie COVID-19.

In Manitoba werden derzeit Standard- und hochdosierte Grippeimpfstoffe angeboten, die einen wirksamen Schutz gegen die vier Grippevirenstämme bieten, die voraussichtlich die meisten Grippeerkrankungen verursachen werden. Beide Impfstoffe werden mittels Injektion (Nadel) verabreicht. Keiner der Impfstoffe enthält lebende Grippeviren.

Während die Standarddosis Grippeimpfstoff allen Personen ab einem Alter von sechs Monaten angeboten wird, enthält der hochdosierte Grippeimpfstoff die vierfache Menge an Grippevirusproteinen (oder Antigenen) und wird allen Personen ab 65 Jahren empfohlen, um eine stärkere Immunabwehr zu erzielen.

Weitere Informationen über den hochdosierten Grippeimpfstoff und die Eignungskriterien finden Sie unter manitoba.ca/flu.

Warum sollte man sich gegen die Grippe impfen lassen?

Eine Grippeimpfung kann die Anzahl der Arztbesuche, Krankenhausaufenthalte und Todesfälle während der Grippezeit verringern, insbesondere bei Menschen, die einem erhöhten Risiko für schwere Grippeverläufe ausgesetzt sind.

Impfungen sind der beste Schutz für Sie, Ihre Familie und andere Menschen in Ihrer Gemeinde vor der Grippe, die oft schwerwiegend und manchmal tödlich sein kann.

Impfstoffe helfen Ihrem Körper, sich auf eine mögliche zukünftige Grippeinfektion vorzubereiten, indem sie Ihr Immunsystem stärken.

Impfstoff gegen saisonale Grippe

Wer sollte sich gegen die Grippe impfen lassen?

Eine jährliche Grippeimpfung wird empfohlen und ist für alle Einwohner Manitobas ab einem Alter von sechs Monaten im Rahmen des routinemäßigen Impfplans von Manitoba kostenlos verfügbar.

Der Impfstoff gegen die saisonale Grippe benötigt etwa zwei Wochen, bis er seine volle Wirkung entfaltet. Daher ist es wichtig, dass Sie und Ihre Familie sich frühzeitig im Herbst impfen lassen, bevor die Grippe sich ausbreitet.

Eine jährliche Grippeimpfung ist besonders wichtig für Menschen in Manitoba, die ein erhöhtes Risiko für schwere Grippeverläufe haben, sowie für ihre Pflegekräfte und engen Kontaktpersonen. Dies umfasst:

- Personen ab 65 Jahren
- Bewohner von Pflegeheimen oder Langzeitpflegeeinrichtungen
- Kinder im Alter von sechs Monaten bis fünf Jahren
- Personen mit den folgenden chronischen Gesundheitsproblemen:
 - ein durch Krankheit oder medizinische Behandlung geschwächtes Immunsystem
 - Herz- oder Lungenerkrankungen (z. B. Mukoviszidose, Asthma)
 - Langzeittherapie mit Acetylsalicylsäure (Aspirin®) (nur für Personen zwischen sechs Monaten und 18 Jahren)
 - neurologische Erkrankungen oder Entwicklungsstörungen des Nervensystems
 - Diabetes und andere Stoffwechselkrankheiten
 - Nierenerkrankungen
 - Anämie oder Hämoglobinopathie
 - Adipositas (Body-Mass-Index ≥ 40)
- Schwangere
- Mitarbeiter im Gesundheitswesen und Ersthelfer
- Personen, die Dienstleistungen in geschlossenen oder relativ geschlossenen Räumen für Menschen mit hohem Risiko erbringen (z. B. Besatzung auf einem Schiff)
- Menschen, die grundlegende gemeinnützige Dienste leisten
- regelmäßige Betreuungspersonen von Kindern bis zu fünf Jahren
- Haushaltskontakte von Personen mit erhöhtem Risiko für schwere Grippeinfektionen, einschließlich Personen mit Säuglingen unter sechs Monaten oder Schwangeren
- Indigene Völker

- Kinder unter neun Jahren, die noch nie eine Grippeimpfung erhalten haben, benötigen zwei Dosen im Abstand von mindestens vier Wochen, um einen optimalen Schutz gegen die Grippe zu erhalten. Danach ist nur noch eine Dosis pro Saison erforderlich.

Für spezifische Details zu den Inhaltsstoffen des Grippeimpfstoffs besuchen Sie bitte die Produktmonographie des Impfstoffherstellers (Links finden Sie auf der Webseite von Manitoba zur saisonalen Grippe manitoba.ca/flu) oder sprechen Sie mit Ihrem Arzt.

Wer sollte sich NICHT gegen die Grippe impfen lassen?

Folgende Personen sollten nicht gegen Grippe geimpft werden:

- Kinder unter sechs Monaten
- Personen, die bereits einmal nach einer Grippeimpfung eine schwere allergische Reaktion gezeigt haben
- Personen, die allergisch auf einen der Inhaltsstoffe eines Grippeimpfstoffs (außer Eier) reagieren
- Personen, die innerhalb von sechs Wochen nach einer Grippeimpfung das Guillain-Barré-Syndrom (GBS) entwickelt haben

Der hochdosierte Grippeimpfstoff ist für Personen ab 65 Jahren zugelassen. Personen unter 65 Jahren sollten nicht mit dem hochdosierten Grippeimpfstoff geimpft werden. Stattdessen sollten sie den Standard-Grippeimpfstoff erhalten.

Mögliche Nebenwirkungen des Grippeimpfstoffs

Health Canada genehmigt Impfstoffe auf der Grundlage einer eingehenden Überprüfung von Qualität und Sicherheit.

Die häufigsten Nebenwirkungen des Standard-Grippeimpfstoffs, der allen Einwohnern von Manitoba ab sechs Monaten angeboten wird, sind Schmerzen, Rötungen oder Schwellungen an der Impfstelle.

Der hochdosierte Grippeimpfstoff enthält mehr Grippevirusproteine (Antigene) als der Standard-Grippeimpfstoff, daher kann es an der Impfstelle zu mehr Schmerzen, Rötungen und/oder Schwellungen kommen.

Andere häufige Nebenwirkungen sind Fieber, Kopfschmerzen und Müdigkeit. Paracetamol (z. B. Tylenol®) kann bei Fieber oder Schmerzen verabreicht werden. Acetylsalicylsäure (z. B. Aspirin®) sollte Kindern NIEMALS verabreicht werden, da sie eine schwere Leber- und Gehirnerkrankung namens Reye-Syndrom verursachen kann.

Impfstoff gegen saisonale Grippe

Einige Menschen haben auch das okulo-respiratorische Syndrom (ORS) entwickelt, das innerhalb von 24 Stunden nach der Verabreichung eines der Grippeimpfstoffe einsetzt. ORS wird definiert als Rötung beider Augen mit (oder ohne) Schwellung des Gesichts sowie einem oder mehreren der folgenden Symptome: Husten, Keuchen, Engegefühl in der Brust, Atem- und Schluckbeschwerden, Heiserkeit oder Halsschmerzen. Sprechen Sie mit Ihrem Arzt, wenn Sie oder Ihre Kinder nach einer Grippeimpfung schon einmal am okulo-respiratorischen Syndrom (ORS) erkrankt sind.

Es ist wichtig, nach der Impfung noch 15 Minuten in der Klinik zu bleiben, da in seltenen Fällen eine schwere allergische Reaktion auftreten kann. Zu den Symptomen können Hautausschlag, Atemnot oder Schwellungen im Rachen, an der Zunge oder an den Lippen gehören. Wenn dies nach dem Verlassen der Klinik geschieht, ist es wichtig, sofort einen Arzt aufzusuchen.

Bitte melden Sie alle schwerwiegenden oder unerwarteten Nebenwirkungen einem medizinischen Fachpersonal.

Ihre Impfnachweise

Alle Impfungen werden im Impfpass einer Person im Impfreger von Manitoba erfasst.

Dieses Register ermöglicht:

- Ihrem Arzt, herauszufinden, welche Impfungen Sie oder Ihre Kinder erhalten haben;
- die Erstellung von Impfpässen oder die Benachrichtigung über überfällige Impfungen;
- Beamten des öffentlichen Gesundheitswesens, zu überwachen, wie gut Impfstoffe bei der Vorbeugung von Krankheiten wirken.

Sie können Ihren Impfpass erhalten, indem Sie online einen Antrag stellen über forms.gov.mb.ca/immunization-update-request. Ihr Impfpass wird Ihnen dann per Post zugeschickt. Sie können auch eine Kopie erhalten, indem Sie:

- sich an Ihr örtliches Gesundheitsamt wenden, oder
- sich erkundigen, ob Ihre örtliche medizinische Klinik oder Arztpraxis sie Ihnen zur Verfügung stellen kann, oder
- indem Sie in einer örtlichen Krankenstation oder einem Gesundheitszentrum nachfragen.

Eine Liste der Gesundheitsämter finden Sie unter:

manitoba.ca/health/publichealth/offices.html

Das Gesetz über persönliche Gesundheitsinformationen (Personal Health Information Act) schützt Ihre Daten und/oder die Daten Ihres Kindes/Ihrer Kinder. Sie können Ihre persönlichen Gesundheitsinformationen und/oder die Ihres Kindes/Ihrer Kinder vor Gesundheitsdienstleistern verbergen. Weitere Informationen finden Sie unter manitoba.ca/health/publichealth/surveillance/phims.html oder wenden Sie sich an Ihr örtliches Gesundheitsamt, um mit einem Gesundheitspfleger zu sprechen.

Weitere Informationen zur Grippe oder zu Grippeimpfungen:

- sprechen Sie mit Ihrem Arzt/Ihrer Ärztin oder
- rufen Sie Health Links – Info Santé in Winnipeg unter 204-788-8200 an; gebührenfrei in anderen Teilen von Manitoba unter 1-888-315-9257; oder
- besuchen Sie:

Die Webseite von Manitoba zur saisonalen Grippe:

manitoba.ca/flu

Die Webseite von Health Canada zur Grippe:

healthycanadians.gc.ca/diseases-conditions-maladies-affections/disease-maladie/flu-grippe/index-eng.php

Immunize Canada:

immunize.ca

Links zu den Produktmonographien für alle verwendeten saisonalen Grippeimpfstoffe finden Sie unter:

manitoba.ca/flu