

Der Westen 12.11.2016

<http://www.derwesten.de/staedte/oberhausen/oberhausener-experte-gibt-tipps-zum-grippeschutz-id12349973.html>

Oberhausener Experte gibt Tipps zum Gripeschutz



Oberhausen.. Laut der Kaufmännischen Krankenkasse (KKH) nimmt die Zahl der Gripeschutz-Impfmuffel in den vergangenen sechs Jahren bundesweit weiter zu. Während sich im Jahr 2009 noch jeder fünfte KKH-Versicherte gegen Grippe impfen ließ, war es 2015 nur rund jeder siebte, Tendenz weiter abnehmend – genaue Zahlen für Oberhausen wurden in der Umfrage allerdings nicht ermittelt. Etwas zur Oberhausener Situation kann Mahmoud Maysami, Facharzt für Allgemeinmedizin und Mitglied des Qualitätsnetz Oberhausener Ärzte, erzählen. Eine generelle Impfmüdigkeit kann er nicht bestätigen, aber Patienten seien oftmals wenig über Impfen informiert.

Die Imp fzahlen sinken, werden Oberhausener impfmüde?

Mahmoud Maysami: Ich würde schon sagen, dass die Impfbereitschaft etwas abnimmt. Das liegt vor allem daran, dass in den letzten Jahren viele verschiedene Grippearten in den Medien kursierten und alle in einen Topf geworfen wurden. Die

normale Impfung wurde beispielsweise mit einer Impfung gegen die Schweinegrippe gleichgesetzt, die unterschiedlich vertragen wurde.

Bis wann ist eine Impfung sinnvoll?

Noch bis zum Jahreswechsel. Auch im Januar ist eine Impfung problemlos möglich. Allerdings empfehle ich, so früh wie möglich eine Grippe-Impfung durchführen zu lassen, denn erst nach zirka zwei Wochen wirkt der Impfstoff. Allerdings war das Wetter in den letzten Wochen etwas besser, so dass sich die Impfzeit nach vorne verschiebt.

Würden Sie eine Impfung grundsätzlich empfehlen?

Ja, nicht nur den Risikogruppen, das heißt Ältere über 60 oder Beschäftigte in Jobs mit viel Publikumsverkehr, sondern auch Jüngeren und Kindern ab zwei Jahren. Denn die echte Grippe, auch Influenza genannt, ist eine ernst zu nehmende Erkrankung.

Warum verzichten dennoch viele Menschen bewusst auf den Pieks in den Arm?

Das hängt auch mit der Furcht vor potenziellen Nebenwirkungen zusammen. Die Sorgen vieler Menschen sind aber unbegründet. Ein weiterer Grund: Manche fühlen sich nach einer Grippe-Impfung krank, einen statistisch belegbaren Zusammenhang gibt es aber nicht. Wer den Infekt schon vor der Impfung in sich trägt, wird auch trotz des Pieks' in den Arm krank – komplette Grippe-Erreger sind allerdings nicht im Impfstoff enthalten, wie viele fälschlicherweise denken.

Die Annahme, dass die Grippeschutzimpfung die Erkrankung selbst auslösen kann, ist daher ein Mythos. Allgemeine Abwehrreaktionen des Körpers sind wohl möglich, aber ungefährlich. Auch führen Fehlinformationen und Erfahrungsberichte anderer zum Verzicht auf eine Impfung.

Wie kann man sich sonst noch schützen?

Auch wenn man sich impfen lässt, kann man immer noch an einem anderen Infekt erkranken. Dagegen hilft vor allem eins: Hygiene. Wer erst einmal krank ist, sollte Orte meiden, an denen sich viele Personen befinden und sich die Grippe schnell ausbreiten kann.

Gründliches Händewaschen oder Desinfektionsspray sind in der Grippezeit besonders sinnvoll. Unsere Hände sind Hauptüberträger für Krankheiten.