



# 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 regelmäßig zu sogenannten Grippewellen. In dieser Zeit ist die Wahrscheinlichkeit sich anzustecken 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.

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

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 nicht vor Erkältungskrankheiten.

## Warum ist eine Grippe während der Schwangerschaft gefährlich?

Während der Schwangerschaft ist die Immunabwehr weniger aktiv: Dies ist ein Schutz für das ungeborene Kind – denn so wird verhindert, dass es als Fremdkörper angegriffen wird. Dadurch sind schwangere Frauen 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 strenger Prüfung im jeweiligen Einzelfall erfolgt.

Im Kampf gegen eine Viruskrankheit, wie im Fall der Grippe, sind Antibiotika unwirksam: Sie eignen sich nur zur Behandlung einer Infektion mit Bakterien. Daher kommen Antibiotika höchstens bei gleichzeitigem Vorliegen von bakteriell verursachten Komplikationen unter Beachtung von Vorsichtsmaßnahmen 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 Grippesaison. Sie hilft dem Körper, Abwehrstoffe gegen Grippeviren aufzubauen.

**IMPfung  
EMPFOHLEN**

Die STIKO empfiehlt allen gesunden Schwangeren die Impfung gegen saisonale Grippe ab dem vierten Schwangerschaftsmonat. Schwangere mit chronischen Grunderkrankungen wie Asthma, Diabetes oder Bluthochdruck sollten bereits im ersten Schwangerschaftsdrittel geimpft werden.

## Jährliche Anpassung des Impfstoffs

Der Impfstoff gegen die saisonale Grippe wird jeweils an die aktuellen Erregerstämme angepasst. Bisher standen ausschließlich sogenannte trivalente Impfstoffe zur Verfügung, die gegen die drei Grippevirusvarianten schützen, die voraussichtlich in der kommenden Saison am meisten verbreitet sein werden. Seit der Saison 2013/14 gibt es auch einen quadrivalenten Impfstoff, der gegen vier Grippevirusvarianten schützen soll.

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.



**WICHTIG ZU  
WISSEN**

Die Kosten für den empfohlenen  
Impfschutz übernehmen die Krankenkassen.

## **Gute Verträglichkeit für Mutter und Kind**

Bei der Grippeimpfung von Schwangeren werden nur Teile abgetöteter Erreger verabreicht. Deshalb ist es ausgeschlossen, dass Mutter und Kind sich durch die Impfung mit dem Grippeerreger anstecken.



## 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 auf Grund 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 Vorliegen einer Allergie gegen einen der Inhaltsstoffe oder einer schweren Allergie gegen Hühnereiweiß wird von einer Impfung abgeraten. Bitte sprechen Sie mit Ihrer Ärztin bzw. Ihrem Arzt.



Eine notwendige Impfung kann ggf. unter klinischer Kontrolle durchgeführt werden.



## 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 Grippeerkrankungen bei Kindern im ersten Lebensjahr häufiger mit Komplikationen verbunden sein können. Säuglinge können jedoch erst ab dem sechsten Monat selbst gegen Grippe geimpft 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.





## 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 verhindert

## Weitere Informationen

**zum Impfen finden Sie unter:**

- ▶ [www.impfen-info.de/grippe](http://www.impfen-info.de/grippe)
- ▶ [www.infektionsschutz.de](http://www.infektionsschutz.de)
- ▶ [www.rki.de/impfen](http://www.rki.de/impfen)

**zum gesunden Aufwachsen finden Sie unter:**

- ▶ [www.kindergesundheit-info.de](http://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: Juni 2015

Auflage: 1.450.08.15

Bestellnummer: 62005001

Fotos: iStock, Fotolia, Boris Breuer Fotografie

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



**impfen-info.de**  
Wissen, was schützt.

**BZgA**

Bundeszentrale  
für  
gesundheitliche  
Aufklärung