

# elterninfo impfen

# 19

*Impfen ist wichtig, so heißt es immer wieder. Aber: Einige Eltern lassen ihre Kinder nicht oder nicht ausreichend impfen. Vielleicht weil sie nicht wissen, wozu Impfungen gut sind. Vielleicht weil sie denken, das sei heutzutage nicht mehr nötig. Oder vielleicht auch, weil sie Angst vor dem Impfen haben. Gründe genug, das Thema ein wenig genauer zu beleuchten.*

## Das Immunsystem – unsere körpereigene Abwehr

Unser Immunsystem hat eine lebenswichtige Aufgabe: uns gesund zu erhalten. Neben anderen Aufgaben kümmert es sich vor allem darum, schädliche Eindringlinge wie Bakterien, Viren oder Pilze mit Hilfe einer Schutztruppe aus verschiedenen weißen Blutkörperchen zu bekämpfen.

**1. Stufe: nicht-zielgerichtete Abwehr**  
Sobald Viren oder Bakterien in unseren Körper eingedrungen sind, fangen sie

an sich zu vermehren und unsere Zellen anzugreifen. Der Körper geht in Alarmstellung, Fieber oder Entzündungen entstehen. In dieser Phase reagiert die Abwehr unspezifisch, das heißt sie attackiert jeden Eindringling, ganz egal, ob es Schnupfenerreger oder gefährlichere Viren sind.

### **2. Stufe: zielgerichtete Abwehr**

Um die Eindringlinge endgültig zu besiegen, muss der Angriff zielgenau sein. Das Immunsystem beginnt daher in einer zweiten Stufe, die Eindringlinge mit

Hilfe von Antikörpern kampfunfähig zu machen und sie dann mit Killerzellen gezielt zu zerstören. Diese spezifische Abwehr ist wesentlich effektiver, weil sie lern- und anpassungsfähig ist. Es dauert jedoch etwas, bis genug dieser Zellen gebildet und trainiert sind. Deshalb hält sich ein Infekt oft mehrere Tage: Das Immunsystem startet zwar sofort mit der allgemeinen Abwehrreaktion, aber für die spezielle Abwehrreaktion müssen die Schutztruppen erst aufgebaut werden.





## Unsere Körperabwehr hat ein Gedächtnis

Auch wenn die spezielle Abwehr nicht so schnell ist, so ist sie doch umso länger wirksam. Denn mit Hilfe spezieller Gedächtniszellen kann sie sich für lange Zeit an die Angreifer erinnern. Ein abgewehrter Angriff ist wie eine körpereigene Impfung: Ein Immunsystem, das einmal die Erreger von Masern, Mumps, Röteln, Windpocken (oder andere) kennen gelernt hat, kann beim nächsten Kontakt mit diesen Erregern ohne Zeitverzögerung die spezifische Abwehr loschicken. Bei der nächsten Infektion kann sich der Erreger erst gar nicht ausbreiten, weil die Abwehr schneller ist.

## Kinder haben noch kein Immun-Gedächtnis

Das Immunsystem erwachsener Menschen ist im Allgemeinen recht gut trainiert. Das Immunsystem kleiner Kinder ist jedoch wie ein unbeschriebenes Blatt. Ein neugeborenes Baby ist durch die Abwehrstoffe der Mutter ein paar Monate geschützt (der so genannte Nestschutz). Aber der mütterliche Schutz geht wieder verloren, und das Immunsystem fängt an, ein eigenes Abwehrsystem aufzubauen.

## Die Spätfolgen mancher Infekte sind gefährlich

Ist der Körper eines Kindes von Erregern befallen, muss das Immunsystem auf Hochtouren laufen, um den Infekt zu überstehen. In der Regel bleiben von einem Infekt keine Spätfolgen zurück, wenn die Krankheit auskuriert wird. Gefährlich kann es jedoch bei hochansteckenden Erregern wie den Masern-, Mumps-, Röteln- oder Windpockenviren werden.

Bei etwa 15 Prozent der an Masern erkrankten Kinder kommt es zu Komplikationen wie Herzmuskel- oder Mittelohrentzündungen bis hin zur Taubheit. Seltener tritt eine Hirn- oder Hirnhautentzündung auf. Sie endet in 15 bis 20 Prozent der Fälle tödlich und führt in bis zu 40 Prozent zu bleibenden Hirnschäden.

Auch bei Mumps sind die Entzündung der Hirnhäute und des Gehirns oder Hörschäden bis zur Taubheit eine gefürchtete Folge. Zudem kommt es bei jedem vierten Jungen in oder nach der Pubertät zu einer Hodenentzündung, die im schlimmsten Fall zu Unfruchtbarkeit führt.

Bei Röteln besteht die Gefahr, dass ungeborene Kinder durch einen Infekt am Anfang der Schwangerschaft schwere Organschäden an Herz, Niere, Auge, Ohr oder Gehirn erleiden.

Dagegen sind bei Windpocken Komplikationen eher selten. Wundinfektionen können jedoch zu hässlichen Narben führen. Zudem kann die Infektion eine Lungenentzündung mit sich bringen. Auch kommt es bei jedem 500sten infizierten Kind zu Gehirnentzündungen mit bleibenden Schäden. Problematisch ist auch, dass sich die Viren im Nervensystem verstecken und im Erwachsenenalter



**Bei Masern, Mumps, Röteln und Windpocken ist Impfen der beste Schutz**



wieder ausbrechen können. Dann spricht man von einer Gürtelrose, einer Nervenentzündung mit einhergehendem Ausschlag. Menschen, die im Kindesalter gegen Windpocken geimpft wurden, erkranken dagegen später viel seltener an einer Gürtelrose als Nicht-Geimpfte.

## Impfen als Training für die Abwehr

Das beste Mittel gegen solche Krankheitsschäden ist das Impfen. Hier gibt es zwei Möglichkeiten: Bei der aktiven Immunisierung werden die Erreger in abgeschwächter Form geimpft. Der Körper bekämpft diese Erreger und prägt sich ihre Struktur ein – und zwar ohne dass die Krankheit „richtig“ ausbricht.

Bei der passiven Immunisierung werden keine Erreger, sondern die Antikörper zu diesen Erregern gespritzt. Das ist sehr wirkungsvoll. Im Gegensatz zur aktiven Immunisierung nimmt die Immunität mit der Zeit jedoch schnell ab.

Ob aktiv oder passiv – durch das Impfen erhalten die Abwehrkräfte ein Muster, mit dem sie sich auf einen möglichen Angriff vorbereiten können. Beim nächsten Kontakt mit dem Krankheitserreger wird dieser gleich nach dem Eindringen in den Körper effektiv bekämpft. Die Krankheit kommt nicht zum Ausbruch.

Seit 2006 gibt es gegen die Erreger von Masern, Mumps, Röteln und Windpocken eine Kombinationsimpfung. Ab dem Alter von 11 bis 14 Monaten wird die Impfung zwei Mal im Abstand von mindestens sechs Wochen durchgeführt. Mit einem Pieks können so gleich mehrere Krankheiten abgewehrt werden.

## Machen auch Sie mit

Eigentlich klingt das Wort „Kinderkrankheiten“ harmlos, aber: Krankheiten wie Masern, Mumps, Röteln oder Windpocken heißen deshalb so, weil sie hoch ansteckend sind, so dass sie früher jedes Kind bekam. Heutzutage sind die Kinderkrankheiten selten geworden. Es gibt viele Erwachsene, deren Abwehrsystem diese Krankheitserreger nicht kennt – und das ist gefährlich, weil der Krankheitsverlauf bei Erwachsenen noch öfter zu Komplikationen führt. Ein Kind, das jetzt im Kindesalter weder die Krankheit noch die Impfung bekommt, ist als Erwachsener umso gefährdeter für mögliche Folgeschäden. Deshalb: Lassen Sie Ihr Kind impfen. Sie ermöglichen ihm damit für viele Jahre einen wirksamen Schutz.



**Die Angst vor dem Impfen ist oft größer, als die Angst vor den Infekten**

## Elternfragen

### Worauf muss ich vor und nach dem Impfen achten?

Um ungewollte Impfreaktionen zu vermeiden, sollten nur Kinder geimpft werden, die gesund sind – fragen Sie im Zweifelsfall den Arzt. Da das Immunsystem nach dem Impfen mit dem Aufbau der Abwehr beschäftigt ist, sollte Ihr Kind danach körperliche Anstrengungen für einige Tage meiden.

### Mir wurde gesagt, eine Impfung könnte der Auslöser für Allergien oder andere Krankheiten sein?

Immer wieder werden Eltern verunsichert, weil behauptet wird, durch das Impfen würden sich Allergien oder andere Krankheiten wie Diabetes entwickeln. Es gibt jedoch keine wissenschaftlich durchgeführte Studie, die diese Behauptungen beweisen konnte.

### Kann eine Impfung auch Nebenwirkungen haben?

Verglichen mit dem Infekt, gegen den geimpft wird, sind die möglichen Impfreaktionen das kleinere Problem. Manchmal ist die Stelle rund um den Einstich etwas gerötet oder geschwollen, die Muskulatur kann etwas schmerzen. Selten treten Fieber, Abgeschlagenheit oder Kopfschmerzen auf. Schwerere Impfkomplicationen gibt es jedoch kaum.

### Ich fürchte, wir haben die Impf-Auffrischung verpasst – ist das schlimm?

Keine Sorge, wenn Auffrischungsimpfungen versäumt wurden: Diese lassen sich auch zu einem späteren Zeitpunkt nachholen.

# impfen

## elterninfo impfen 19

# eltern tipps

- ✦ **Informieren Sie sich über Infektionen und nutzen Sie die gesetzlich empfohlenen Impfungen.**
- ✦ **Achten Sie auf Hygiene und Sauberkeit im Alltag, um ansteckende Erkrankungen zu verhindern.**
- ✦ **Setzen Sie Ihr Kind nicht aktiv Ansteckungs-herden aus. „Masernpartys“ und Parolen wie „Man muss alles frühzeitig durchmachen“ sind out. Wenn Sie können, vermeiden Sie den Kontakt des Kindes mit Erkrankten, z.B. im Kindergarten oder im Freundeskreis.**
- ✦ **Schauen Sie im Impfpass Ihres Kindes, ob alle empfohlenen Impfungen (s. Internet-Links) gemacht wurden. Oder gehen Sie damit zum Haus- oder Kinderarzt zur Impfbuchkontrolle.**
- ✦ **Bei weiteren Fragen wenden Sie sich am besten an eine Ärztin bzw. einen Arzt oder das Gesundheitsamt.**

### Linktipps:

- [www.impfen-info.de](http://www.impfen-info.de)
- [www.kindergesundheit-info.de](http://www.kindergesundheit-info.de)  
(enthält auch einen Überblick rund um das Thema „Impfen“)
- [www.lsjv.rlp.de/gesundheit/impfkommission-rheinland-pfalz](http://www.lsjv.rlp.de/gesundheit/impfkommission-rheinland-pfalz)
- [www.rki.de](http://www.rki.de) > Infektionsschutz > Impfen
- [www.kinderaerzte-im-netz.de](http://www.kinderaerzte-im-netz.de)  
(Abschnitt „Impfen schützt“ sowie die folgenden Unterseiten)
- [www.bzga.de](http://www.bzga.de)

### Literaturtipp:

„Starke Kinder lernen gut“ mit Kapitel „Impfungen schützen Ihr Kind“ kann bestellt werden bei:  
Landeszentrale für Gesundheitsförderung in Rheinland-Pfalz e.V.,  
Hölderlinstr. 8, 55 131 Mainz;  
Information: Ralf Krzistek, Tel.: 06131/206912

### Herausgegeben durch die:

Landeszentrale für Gesundheitsförderung  
in Rheinland-Pfalz e.V. (LZG)  
Hölderlinstraße 8, 55131 Mainz  
Telefon: 06131/2069-0, Fax: 06131/2069-69  
[www.lzg-rlp.de](http://www.lzg-rlp.de), [www.familienservice-rlp.de](http://www.familienservice-rlp.de)

### V.i.S.d.P.:

Jupp Arldt, *Geschäftsführer der LZG*

### Autorin:

Petra Winkler, [post@komm-text.com](mailto:post@komm-text.com)

### Fachlektorat:

Dr. med. Lothar Maurer

### Redaktion und Kontakt:

Helmut Hafemann & Thomas Mollenhauer,  
LZG

### Grafisches Konzept:

Andrea Wagner, [andrea.wagner-mainz@t-online.de](mailto:andrea.wagner-mainz@t-online.de)

### Bildnachweis:

Titel: Collage unter Verwendung eines Fotos von Rolf van Melis,  
[www.pixelio.de](http://www.pixelio.de), Fotos S.2, 3: [www.panthermedia.de](http://www.panthermedia.de)

### Druck:

IB Heim



Landeszentrale  
für Gesundheitsförderung  
in Rheinland-Pfalz e.V.



MINISTERIUM FÜR ARBEIT,  
SOZIALES, GESUNDHEIT,  
FAMILIE UND FRAUEN

Bisher erschienene Elterninfos: 01 shisha, 02 adipositas, 03 alkopops,  
04 kinder & medien, 05 spiel mit mir!, 06 passivrauchen, 07 demenz,  
08 komasaufen, 09 krebs, 10 schulweg, 11 alkoholfrei schwanger, 12 freizeitstress,  
13 medikamente, 14 snack to go, 15 schlafen, 16 glück im spiel?, 17 gehirn,  
18 schwanger is(s)t gesund!

Kostenlose Bestellungen möglich gegen Rückporto

