

Welche Impfung ist für mich wirklich sinnvoll?

Alle reden vom Impfen. Gegen Corona, gegen Grippe – ich bin mittlerweile komplett verunsichert und habe mich deshalb auch noch nicht impfen lassen. Auch weil ich Angst vor Spätfolgen habe. Welche Impfung ist denn für mich als 75-Jährige überhaupt sinnvoll?



Gesünder Altern

VON PROF. LORENZ HOFBAUER

Wir haben die Corona-Pandemie noch nicht überstanden. Die Schutzwirkung der Impfung gegen SARS-CoV-2 lässt offenbar nach, außerdem gibt es noch viele Ungeimpfte. Zudem könnte die Grippewelle deutlich heftiger ausfallen, weil sich viele Menschen im vergangenen Winter gut geschützt haben, dadurch aber keinen Immunschutz aufbauen konnten. Daher empfehle ich in Anlehnung an das Robert Koch-Institut insbesondere für Über-60-Jährige ganz klar die Impfung gegen Sars-Cov-2 und Influenza.

Sowohl Covid-19 als auch die Influenza sind ernstzunehmende Erkrankungen, die einen schweren Verlauf nehmen und tödlich enden können. Besonders gefährdet sind sogenannte vulnerable Menschen. Dazu zählen chronisch Kranke, stark Übergewichtige, Schwangere und eben auch ältere

Menschen. Bei diesen nimmt eine Infektion mit dem Coronavirus häufiger einen schweren Verlauf und erfordert eine Krankenhausbehandlung. Daher ist es besonders wichtig, eine Ansteckung zu vermeiden und sich impfen zu lassen.

Das erhöhte Risiko, bei einer Infektion mit dem Coronavirus schwerer zu erkranken, ist darin begründet, dass das Immunsystem älterer Menschen weniger gut reagiert als das der jüngeren. Unter allen Todesfällen, die im Zusammenhang mit dem Coronavirus registriert wurden, sind in Deutschland 86 Prozent 70 Jahre oder älter gewesen.

Ich habe großes Verständnis, dass Menschen vorsichtig sind. Ich bin es auch. Trotzdem ist es wichtiger denn je, die Faktenlage zu kennen und verantwortungsvoll

und einsichtig zu handeln. Bei allen in Deutschland zugelassenen Impfstoffen gegen Sars-Cov-2 überwiegt der Nutzen eines Schutzes vor COVID-19 bei Weitem das Risiko der Impfung. Das haben umfangreiche klinische Studien belegt. Damit erfüllen die Impfstoffe hinsichtlich Qualität, Unbedenklichkeit und Wirksamkeit die strengen Auflagen der Zulassungsbehörden.

Aber auch Geimpfte können sich noch mit Corona infizieren. Dabei verhindert die Impfung allerdings schwere Verläufe zuverlässig. Dies belegen auch Daten zum Impfstatus der Menschen, die momentan auf den Intensivstationen behandelt werden – wir behandeln im Uniklinikum derzeit fast ausnahmslos Ungeimpfte.

Und was ist mit der Auffrischungsimpfung gegen Sars-Cov-2? Ältere Menschen haben oft ein schwächeres Immunsystem. Die Wirkung einer vollständigen Impfung lässt mit der Zeit nach. Deshalb ist hier eine Auffrischungsimpfung sinnvoll – einmalig mit einem der beiden mRNA-Impfstoffe von Biontech oder Moderna, und zwar frühestens sechs Monate nach Abschluss der ersten Impfserie. Die RNA übermittelt dem Körper den Bauplan für das Spikeprotein, wo-

gegen neutralisierende Antikörper gebildet werden. Seien Sie unbesorgt: Die RNA hat nur eine Botenfunktion; sie wird sehr rasch vom Körper abgebaut und kann nicht in Ihr Erbgut integriert werden.

Die Impfung gegen die Grippe enthält abgetötete Virusteile, die selbst keine Erkrankung verursachen. Sie aktivieren das Immunsystem, sodass Geimpfte im Falle einer tatsächlichen Infektion geschützt sind. Es gibt allerdings Situationen, in denen Sie sich nicht impfen lassen sollten. Wenn Sie am Impftag beispielsweise akut erkrankt sind oder Fieber haben, sollten Sie sich bis zu ihrer Genesung nicht impfen lassen. Bei einer leichten Erkältung ohne Fieber hingegen können Sie sich bedenkenlos impfen lassen. Laut Ständiger Impfkommision sind beide Impfungen gleichzeitig möglich, ein Impfabstand von 14 Tagen ist nicht notwendig. Für Menschen ab 60 Jahren wird eine Influenza-Impfung mit einem Hochdosis-Impfstoff empfohlen.

■ Der Internist und Endokrinologe Prof. Lorenz Hofbauer leitet das UniversitätsCentrum für Gesundes Altern am Dresdner Uniklinikum www.uniklinikum-dresden.de/ucga und das Zentrum für Altersmedizin in Radeburg.