

## Wo kann ich mich informieren?

In unserer Praxis!

Wir werden versuchen, alle Ihre Fragen und Sorgen zu beantworten.

Sprechen Sie uns an!

Oder im Internet: z.B. [www.rki.de](http://www.rki.de)

Die Impfung bieten wir Ihnen ohne Termin an.

Wichtig ist, dass Sie nicht akut an einem Infekt erkrankt sind.

Bringen Sie bitte Ihren Impfausweis und Ihre Versicherungskarte mit.

**Unser Praxisteam geht übrigens mit „gutem Beispiel voran“. Grippeimpfung ist für uns selbstverständlich: Zum Schutz für uns, aber auch für unsere Patienten!**

Mit freundlichen Grüßen

Ihr Praxisteam

Dr. Pukies Dr. Schöfmann

[www.Praxis-Drususallee.de](http://www.Praxis-Drususallee.de)

Dr. Guido Pukies  
Dr. Raphaela Schöfmann

Hausarztzentrierte Versorgung  
Allgemeinmedizin • Innere Medizin  
Naturheilverfahren • Ernährungsmedizin

Akademische Lehrarztpraxis

*Guido Pukies*

HEINRICH HEINE

Universität Düsseldorf Universität zu Köln



Drususallee 1-3 • 41460 Neuss  
[info@Praxis-Drususallee.de](mailto:info@Praxis-Drususallee.de)  
Telefon 02131 - 718 716 0  
Rezepttelefon 718 716 2  
Telefax 02131 - 718 716 6



*Mein* Schutz  
vor der Grippe!

Praxis-Drususallee  
...natürlich gesund!



Liebe Patientinnen und Patienten,  
liebe Angehörige,  
mit Beginn der kalten Jahreszeit naht auch die nächste  
Grippewelle.

Den besten Schutz vor einer Erkrankung bietet die  
Impfung. Vor allem ältere, chronisch kranke und  
immungeschwächte Menschen sollten sich impfen  
lassen. Sie sind besonders gefährdet, sich mit dem  
Virus anzustecken. Aber auch Menschen die im  
medizinischen Bereich oder mit viel Publikumsverkehr  
arbeiten, wird die Impfung empfohlen.

Grippe: Kein harmloser grippaler Infekt!

Erst läuft die Nase, der Hals schmerzt, Kopf und  
Glieder tun weh. Einen normalen grippalen Infekt  
kennt jeder. Eigentlich müsste es richtig „Erkältung“  
heißen. Eine „echte Grippe“, die saisonale Influenza,  
ist das zum Glück nicht. Zwar sind ihre Symptome  
ähnlich, die Influenza-Erkrankung verläuft aber  
meistens schwerer: Schlagartig treten hohes Fieber,  
heftige Kopf-, Muskel- und Gliederschmerzen auf,  
lebensbedrohliche Komplikationen wie eine Lun-  
genentzündung sind möglich. Fast jedes Jahr gibt es  
mehrere tausend Grippe-Tote in Deutschland. Da es  
über 200 verschiedene Erkältungsviren gibt, kann man  
mehrfach hintereinander durch verschiedene Erreger  
krank werden.

Wer sich gegen Influenza impfen lässt, ist in der Regel  
vor der gefährlichen Influenza geschützt, aber nicht  
gegen die zahlreichen Erkältungsviren. Daher kommt  
es immer wieder vor, dass Patienten nach  
Grippeschutzimpfung etwas unzufrieden sind, weil sie  
sich auch vor den Erkältungsviren Schutz erhofft  
haben...

Wichtigste Schutzmaßnahme ist die Impfung

Dass so viele Menschen an einer Grippe sterben,  
müsste nicht sein. Denn gegen die Influenzaviren gibt  
es eine Schutzimpfung. Der aktuelle Impfstoff enthält  
Bestandteile gegen die drei Haupterregertypen, die  
nach Einschätzung von Experten in der kommenden  
Grippesaison vorwiegend verbreitet sein werden.

Impfung am besten im Herbst

Die Impfung gegen Influenza sollte jedes Jahr,  
möglichst im Herbst, erfolgen. Auch ein späterer  
Zeitpunkt ist möglich. Nach der Impfung dauert es  
etwa zwei Wochen, bis der Körper genügend  
Antikörper produziert hat, um gegen eine  
Influenzainfektion geschützt zu sein.

Impfstoff ist gut verträglich

Der Grippeimpfstoff ist gut verträglich. Gelegentlich  
kann es nach einer Impfung zu Rötungen oder einer  
Schwellung an der Einstichstelle kommen. In seltenen  
Fällen treten Symptome wie bei einer Erkältung auf,  
die in der Regel nach ein bis zwei Tagen abklingen. Sie  
sind ein positives Zeichen dafür, dass der Körper  
Abwehrkräfte mobilisiert.

Krankenkasse übernimmt Kosten

Wenn Sie zu einer der Risikogruppen zählen,  
übernimmt Ihre Krankenkasse die Kosten für die  
Impfung. Erkundigen Sie sich am besten bei Ihrer  
Kasse. Einige gesetzliche Krankenkassen übernehmen  
die Kosten auch für Versicherte, die nicht zu den  
Risikogruppen gehören.

**Wer sich impfen lassen sollte**

Die Ständige Impfkommission (STIKO) des Robert  
Koch-Instituts empfiehlt die Influenzaimpfung insbe-  
sondere für Personen, die bei einer Infektion mit den  
Grippeviren ein erhöhtes Risiko für einen schweren  
Krankheitsverlauf haben. Zu diesen Risikogruppen  
gehören:

- **Alle Personen über 60 Jahre**
- **Kinder, Jugendliche und Erwachsene mit einem Grundleiden** (z.B. chronische Krankheiten der Atmungsorgane, Herz- oder Kreislaufkrankheiten, Leber- oder Nierenkrankheiten, Diabetes oder andere Stoffwechselkrankheiten)
- **Personen mit schweren neurologischen Grundkrankheiten** wie Multiple Sklerose
- **Personen mit geschwächtem Immunsystem**
- **Schwangere**
- **Bewohner von Alters- oder Pflegeheimen**

Außerdem sollten sich Menschen impfen lassen, die  
aus beruflichen Gründen viel Kontakt zu anderen Per-  
sonen haben und sich dadurch schneller anstecken  
können. Dazu gehören:

- **medizinisches Personal**
- **Menschen in Einrichtungen mit umfangreichem Publikumsverkehr**

**Wichtig: Pneumokokkenschutzimpfung**

Wenn Sie über 60 sind, sollten Sie die Schutzimpfung  
gegen Pneumokokken nutzen, weil dies die häufigsten  
bakteriellen Erreger für Lungenentzündungen bei über  
60jährigen sind. Auch diese Impfung ist in der Regel  
sehr gut verträglich, problemlos möglich und von Ihrer  
Krankenkasse werden die Kosten übernommen. Spre-  
chen Sie uns an, damit wir gemeinsam unnötige Lun-  
genentzündungen verhindern!