Impfen schützt

Bald kommt wieder die Jahreszeit, in der die Menschen auf der Straße, im Bus, im Geschäft und im Wartezimmer des Arztes schniefen und husten. Man versucht sich zu schützen, um nicht angesteckt zu werden. Aber dies Unterfangen ist meist vergebens. Hat es einen erwischt, fragt man sich: Hätte ich mich nicht besser gegen Grippe impfen lassen?

Eine Grippeimpfung kann nicht nur Grippe und Atemwegsinfekte verhindern. Auch die Rate an Herzinfarkten und Schlaganfällen ist bei geimpften Menschen im Alter über 65 Jahre geringer. Bekannt ist, dass eine Grippeimpfung das Risiko einer Lungenentzündung oder einer Virusgrippe stark senkt, sagte Professor Hartmut Lode von der Berliner Lungenklinik Heckeshorn auf dem Deutschen Ärztekongress in Berlin. Viel weniger bekannt aber sei, dass die Grippeimpfung auch Schlaganfälle und Herzinfarkte verhindere.

Eine Arbeitsgruppe der *University of Minnesota* hat die Daten von 280 000 Menschen über 65 Jahre in einem Zeitraum von zwei Jahren ausgewertet. Dabei zeigte sich: Bei den Geimpften gab es 30 % weniger Krankenhausaufenthalte wegen Lungenentzündung oder Grippe. Auch war die Sterberate um 48 % vermindert. Die Rate von Klinikeinweisungen wegen Herzerkrankungen war um 19 %, die wegen Erkrankungen der Hirngefäße um 16 % im ersten Winter und um 23 % im zweiten Winter geringer als bei den Ungeimpften.

Die Ergebnisse der Studie führen zu der Empfehlung, dass nicht nur ältere Menschen, sondern auch jüngere mit hohen Risikofaktoren sich gegen Grippe impfen lassen sollten. (dhs.)

Zu diesem wichtigen Thema bieten wir Ihnen zwei Artikel an:

Grippe: Was tun? von Professor Hans-Jürgen Becker aus *Herz heute 3/2002* informiert umfassend zu Fragen wie *Schützt die Impfung wirklich vor Grippe? Nützt sie gegen Erkältung? Was kann man sonst tun? Was ist Herzkranken zu raten?*

Wie komme ich gut durch den Winter? (Sonderdruck Nr. 36) von Dr. Frank Sonntag gibt Tipps, wie man sich mit Bewegung und richtiger Ernährung auch als Herzpatient im Winter vor Erkältungskrankheiten schützen kann.

Beide Artikel können bei der Deutschen Herzstiftung gegen 1,44 Euro in Briefmarken (Mitglieder kostenlos) in der Geschäftsstelle angefordert werden.