

Artikelreihe des Ärztenetzes Fürth Stadt und Land e.V.

Inhalt

| | |
|---|---|
| Vorsorge und Früherkennung in Zeiten der Pandemie – INFÜ, 2.02.2022 | 2 |
| Impfen jenseits von Corona – Allgemeine Informationen zur Immunisierung – INFÜ, 8.07.2022 | 3 |
| Gut geschützt in die Ferne reisen – INFÜ, 26.10.2022 | 4 |
| Impfungen können Leben retten – INFÜ, 18.01.2023 | 5 |
| Die HPV-Impfung – wirksamer Schutz gegen Krebs – INFÜ, 01.03.2023 | 6 |

Vorsorge und Früherkennung in Zeiten der Pandemie – INFÜ, 2.02.2022

Auch und gerade in Zeiten der Pandemie ist Prävention und Vorsorge sowie Früherkennung von großer Bedeutung.

Viele Menschen leiden an vermeidbaren oder im Frühstadium heilbaren Erkrankungen.

Durch Vorsorge und Früherkennungsuntersuchungen können viele Krankheiten verhindert, früh erkannt und geheilt werden. Das Ärztenetzwerk der Stadt und Landkreis Fürth appelliert daher an Sie: Bitte nehmen Sie das Angebot wahr.

Zum **Unterschied Prävention, Vorsorge und Früherkennung:**

- **Prävention und Vorsorge** bedeutet durch gesunde Lebensweise und Risikovermeidung, aber auch durch Impfungen, Krankheiten zu vermeiden.
- **Früherkennungsuntersuchungen** zielen auf frühzeitiges Erkennen und Beseitigen von Gesundheitsstörungen ab.
Hierzu zählen
 - Krebsfrüherkennung (Gebärmutterhals ab 20, Brust ab 30, Haut ab 35, Prostata ab 45, Darm ab 50 Jahre)
 - Hausärztliche Gesundheitscheck ab 35
 - U-Untersuchungen für Babys und Kinder sowie die J-Untersuchungen für Jugendliche
 - Zahnvorsorgeuntersuchungen

Detaillierte Informationen finden Sie auf der Homepage des Bundesgesundheitsministerium unter der Rubrik [Früherkennung und Vorsorge](#).

Auch wenn das Coronavirus aktuell unseren Alltag zu Recht dominiert und wir niedergelassenen Ärzt:innen all unsere Energie in das Impfen und „Boostern“ gegen Covid-19 stecken: Vorsorge und Früherkennung verhindern viele weitere Erkrankungen und Leid. Sie verlängern unsere Lebenserwartung sowie unsere Lebensqualität.

Sprechen Sie Ihre(n) Haus- und Facharzt/ärztin darauf an!

Ihr Ärztenetz Fürth Stadt/Land

www.aenf.de

Impfen jenseits von Corona – Allgemeine Informationen zur Immunsierung – INFÜ, 8.07.2022

Impfungen sind ein wesentlicher Beitrag zur Vermeidung von Krankheiten und der Entwicklung einer hohen Lebenserwartung im letzten Jahrhundert. Viele tödliche Erkrankungen sind jungen Menschen dadurch gar nicht mehr bekannt.

Das Prinzip der Impfung beruht darauf, eine Immunität gegen eine Erkrankung zu entwickeln - ohne diese Erkrankung und ihre Komplikationen durchmachen zu müssen.

Seitdem entdeckt wurde, dass durch eine durchgemachte harmlose Infektion mit Kuhpocken eine Immunität gegen gefährliche Menschenpocken erreicht werden kann, wurde versucht, Immunsierungen durch absichtliche Infektionen zu erreichen.

Bei **Lebendimpfstoffen** werden abgeschwächte Erreger geimpft, die allerdings auch (schwache) Krankheitsreaktionen hervorrufen können (z.B. gegen Masern, Windpocken).

Daher werden heutzutage oftmals **Totimpfstoffe** verwendet. In der Regel werden hierbei bestimmte Strukturen des Erregers, mit denen das Immunsystem den Erreger eindeutig erkennen kann (sog. Antigene), die aber selbst keine krankmachenden Eigenschaften besitzen und sich nicht selbst vermehren können, per Injektion verabreicht. Das Immunsystem entwickelt hierbei selbst aktiv Abwehrstoffe; die Immunität hält in der Regel mehrere Jahre an. (Dies erfolgt z.B. mit inaktivierten oder gespaltenen Erregern, oder mit isolierten Antigenen aus den abgetöteten Erregern (Peptid- und Subunit-Impfstoffe))

Die neuesten Impfstoffe lassen den Organismus, wie bei einer echten Infektion, die Antigene vom Körper selbst bilden und bewirken durch eine solche Infektimitation eine noch bessere Immunabwehr. (Beispiel: gegen SARS-CoV2)

Muss schnell ein Schutz aufgebaut werden, wird eine passive Immunsierung durchgeführt (Beispiel: Tetagam bei Tetanus). Dabei werden Abwehrstoffe aus dem Serum von genesenen Menschen oder Tieren gewonnen, die jedoch nur solange wirken, bis die Antikörper verbraucht bzw. vom Körper abgebaut wurden (ca. 3 Monate).

Im Rahmen unserer Serie werden wir hier in den nächsten Ausgaben über wichtige Reiseimpfungen, sinnvolle Standardimpfungen und Impfungen für bestimmte Personen berichten.

Gut geschützt in die Ferne reisen – INFÜ, 26.10.2022

In den Sommerferien verreisen viele Familien innerhalb Europas oder rund ums Mittelmeer. Hierbei sollten Sie Ihren Impfschutz zuvor gemäß den STIKO-Empfehlungen bei Ihrem Hausarzt überprüfen lassen. Wichtig sind, besonders im südlichen Mittelmeerraum, die Hygieneregeln zu beachten, um Durchfallerkrankungen zu vermeiden.

Wenn es bei uns kälter wird, zieht es viele Menschen in fernere Länder. Dort kann es Infektionserkrankungen geben, die in Deutschland nicht vorkommen. Für einige dieser Infektionen gibt es die Möglichkeit eines Impfschutzes. Daher sollte man sich mindestens 2 Monate vor Beginn einer Fernreise über notwendige oder empfohlene Impfungen informieren.

Welche Impfungen für Ihr Reiseziel sinnvoll sind, erfährt man im Reisebüro oder auf den Internetseiten des Auswärtigen Amtes (<https://www.auswaertiges-amt.de/de/ReiseUndSicherheit/reise-und-sicherheitshinweise/uebersicht-navi>) sowie des Robert-Koch-Instituts. In der Regel erfolgt die individuelle Aufklärung und Impfung beim Hausarzt oder Tropenmediziner. Reiseimpfungen und Beratungen dazu sind jedoch keine Kassenleistung und müssen in die Reisekosten einkalkuliert werden - allerdings erstatten viele Krankenkassen die Kosten (auch anteilsweise). Informationen unter https://crm.de/krankenkassen/kk_tabelle_kassen.htm.

Eine Reiseimpfung bietet nicht nur einen Schutz für den Reisenden, sondern kann auch das Einschleppen von Infektionskrankheiten und damit eine endemische Verbreitung in Deutschland verhindern.

Grundsätzlich ist bei Besuch eines Reiselandes mit niedrigem Hygienestandard eine Impfung gegen **Hepatitis A** empfehlenswert. In solchen Ländern wird immer wieder auch über Hepatitis-A-Ausbrüche in den besten Restaurant- und Hotelkategorien berichtet. Hepatitis A wird durch Schmierinfektion, Sexualkontakt, kontaminierte Lebensmittel oder Trinkwasser übertragen und führt zu hohem Fieber, Bettlägerigkeit und Gelbsucht. Allerdings dauert die Inkubationszeit so lang, dass die Erkrankung i.d.R. erst nach der Reise ausbricht.

Reisende sollten überlegen, ob sie sich simultan mit **Hepatitis B** impfen lassen. Hierfür gibt es einen Kombinationsimpfstoff, der dann allerdings dreimalig geimpft wird - temporärer Impfschutz besteht dann ab der 2. Impfung nach 4 Wochen.

Wichtig für Reisende ist, dass in manchen Ländern für bestimmte Impfungen eine **Impfpflicht** besteht (z. B. Gelbfieber, Poliomyelitis, Meningokokken)! Insbesondere verlangen viele Länder eine **Gelbfieberimpfung** bei Einreise aus zentralafrikanischen Staaten. Flugreisende sollten sich daher vorab über die Reiseroute informieren. Die Gelbfieberimpfung kann nur bei speziellen Gelbfieberimpfstellen durchgeführt werden. Ein Schutz besteht dann nach 10-14 Tagen.

Daneben stehen z.B. Impfstoffe für Cholera, Japanische Enzephalitis, Tollwut, FSME, Ebola, Meningokokken, Typhus, Poliomyelitis (vielleicht bald: Malaria) zur Verfügung. Impfungen gegen Affenpocken werden derzeit nicht empfohlen; von einer Impfung gegen Dengue-Fieber muss für Touristen abgeraten werden.

Welche von diesen Impfungen in Frage kommen, hängt von verschiedenen Faktoren wie Jahreszeit, Alter, Schwangerschaft, Grunderkrankungen oder Reisestil ab und kann nur in einer individuellen ärztlichen Beratung geklärt werden. Ihre Hausärzt:innen in Fürth Stadt und Landkreis stehen Ihnen hierzu gerne beiseite.

Impfungen können Leben retten – INFÜ, 18.01.2023

Aufgrund der vielen Coronaimpfungen sind andere Impfungen in den letzten beiden Jahren vernachlässigt worden, gleichzeitig wurden viele für Impfungen, die uns möglichen Schutz bieten sensibilisiert:

- Bei allen Patient:innen in dieser Altersgruppe soll wie auch bei Jüngeren, alle 10 Jahre **Tetanus (Wundstarrkrampf)** und **Diphtherie** aufgefrischt werden. Für die, die in den Erwachsenen-Jahren keine Auffrischung für **Polio (Kinderlähmung)** erhielten, sollte dies einmalig geschehen, Menschen, die Kontakte mit Babys haben, sollten auch **Pertussis (Keuchhusten)** alle 10 Jahre auffrischen; diese erfolgen in Kombination mit Tetanus und Diphtherie.
- Ab dem Alter von 60 Jahren ergänzen wir auf Empfehlung der STIKO (Ständige Impfkommission) die Schutzimpfung gegen **Pneumokokken** eine spezielle Lungenentzündung, die 80 % aller häuslich erworbenen Lungenentzündungen ausmacht. Seit einigen Jahren besteht auch eine Möglichkeit sich zu schützen gegen die **Gürtelrose** und ihre starken anhaltenden Nervenschmerzen mit einer zweimaligen Impfung. Hier ist zu beachten, dass auch Menschen, die bereits Gürtelrose hatten, sich nochmal mit einer Impfung stärken sollten, so die offizielle Empfehlung der STIKO.
- Die Impfungen sollten des Weiteren ergänzt werden je nach Naturverbundenheit mit Auffrischungen für die Hirnhautentzündung, die durch Zecken übertragen werden kann (**Frühsommer-Meningoenzephalitis/FSME**).
- Wir weisen darauf hin, dass Impfungen als Schutz vor Krankheiten dienen und gerade in dieser Altersgruppe schwere Krankheitsverläufe vermieden werden können.

Lassen Sie sich auf dieser Grundlage von Ihrem Hausarzt oder Facharzt beraten, Impfungen sollten aber in Zeiten eines akuten Infektes nicht durchgeführt werden.

Die HPV-Impfung – wirksamer Schutz gegen Krebs – INFÜ, 01.03.2023

Humane Papillomviren (HPV) zählen zu den häufigsten sexuell übertragbaren Erregern.

Bleibt eine HPV-Infektion bestehen, kann sich im Laufe der Zeit Krebswachstum fördern, besonders am Gebärmutterhals sowie in Mund und Rachen aber auch an After oder Penis. Die Impfung schützt wirksam vor den gefährlichsten HPV-Typen und senkt damit das Risiko für diese Krebserkrankungen deutlich. Für den bestmöglichen Schutz sollte bereits vor dem ersten sexuellen Kontakt ein Impfschutz bestehen. Aber auch später macht eine Impfung Sinn, da jeder sexuelle Kontakt eine HPV-Infektion auslösen kann.

Krankheitsverlauf

Eine Ansteckung mit HPV erfolgt hauptsächlich durch sexuelle Kontakte. Die meisten HPV-Infektionen verlaufen ohne Krankheitszeichen. Fast alle Menschen stecken sich im Laufe ihres Lebens mindestens einmal mit HPV an. Am häufigsten tritt eine Infektion bei jungen Menschen bis zum Alter von 25 Jahren auf. Die Infektion heilt bei etwa 90 Prozent nach einiger Zeit von selbst und ohne Folgen wieder aus. Bleibt die Infektion bestehen, können manche HPV-Typen Feigwarzen hervorrufen. Andere „hoch-risiko“-Viren können Zellveränderungen verursachen, aus denen sich im Laufe von Jahren Krebs entwickeln kann.

Jährlich erkranken in Deutschland etwa 6.250 Frauen und rund 1.600 Männer an Krebs, der durch eine HPV-Infektion verursacht wurde. Bei Frauen kommt es jährlich zu rund 4.600 neuen Krebserkrankungen am Gebärmutterhals, pro Jahr versterben etwa 1.500 Frauen daran. Bei Männern rufen Infektionen mit HPV-Hochrisiko-Typen hauptsächlich Krebs im Mund- und Rachenbereich sowie am After und Penis hervor.

HPV-Impfung für Mädchen und Jungen

Mit Beginn der sexuellen Aktivität kommt es häufig zu einer Ansteckung mit HPV. Impfen schützt zu nahezu 100 Prozent vor einer Infektion mit den HPV-Typen, die in den Impfstoffen enthaltenen sind. Kondome können das Ansteckungsrisiko zwar verringern, aber nicht zuverlässig verhindern.

Die Ständige Impfkommission (STIKO) empfiehlt die Impfung gegen HPV für Mädchen und Jungen.

- Jungen und Mädchen sollten im Alter von 9 bis 14 Jahren gegen HPV geimpft werden. In diesem Alter sind zwei HPV-Impfungen notwendig. Der Abstand zwischen den beiden Impfungen sollte 6 Monate betragen.
- Verpasste Impfungen gegen HPV sollten vor dem 18. Geburtstag nachgeholt werden. Wird zum ersten Mal in einem Alter von 15 Jahren geimpft, sind drei Impfungen notwendig.

Mögliche Nebenwirkungen der Impfung

Die Impfung gegen HPV ist gut verträglich und sicher. Nebenwirkungen sind in der Regel von kurzer Dauer und zeigen, dass sich der Körper mit dem Impfstoff auseinandersetzt.

Hinweis

Auch nach der Impfung ist eine Infektion mit anderen HPV-Typen möglich. Deshalb ist es auch für Geimpfte wichtig, regelmäßig die Früherkennungsuntersuchung auf Gebärmutterhalskrebs wahrzunehmen.

Weitere Informationen finden Sie unter:

<https://www.stmgp.bayern.de/vorsorge/infektionsschutz/humanes-papilloma-virus/>

Kontaktieren Sie Ihre Haus- und Fachärzt:innen (insbesondere Kinder- und Jugend-, Frauenärztinnen und -ärzte, Urologen, HNO) für Fragen rund um die HPV-Impfung.