

Grippe-Impfung: Darauf sollten Herzpatienten achten

Schutz vor Grippe ist für Herzpatienten besonders wichtig, Impfung auch jetzt noch ratsam. Risiko für Herzbeteiligung lässt sich verringern. Steigende Corona-Infektionszahlen: STIKO rät zu Auffrischimpfung

Für Patienten mit Herzerkrankungen wie Vorhofflimmern, koronare Herzkrankheit (KHK), Herzklappenerkrankungen oder Herzschwäche (Herzinsuffizienz) ist es besonders wichtig, das Herz vor einer zusätzlichen Schädigung durch eine Grippe (Influenza) zu schützen. Zum einen ist ihr Risiko, schwer an der Grippe zu erkranken oder eine Folgeinfektion zu erleiden, deutlich erhöht. Und eine echte Grippe (Influenza) wirkt sich bei etwa jedem zehnten Erkrankten zusätzlich auch auf das Herz aus, z. B. in Form einer Myokarditis. „Auch ein Entgleisen der Herzschwäche bis hin zur Krankenhauseinweisung kann durch einen schweren Krankheitsverlauf einer Grippevirus- oder Pneumokokkeninfektion verursacht sein. Menschen mit einer Herz-Kreislauf-Erkrankung sollten sich gegen das Influenzavirus und gegen Pneumokokken, die Haupterreger einer Lungenentzündung, impfen lassen“, betont der Kardiologe und Intensivmediziner Prof. Dr. med. Thomas Voigtländer, Vorstandsvorsitzender der Deutschen Herzstiftung. Eine Pneumokokken-Impfung wird auch Menschen ab 60 Jahren oder Jüngeren mit einem besonderen Gesundheitsrisiko wie eine chronische Lungenerkrankung empfohlen.

Angesichts aktuell steigender Covid-19-Infektionszahlen macht die Herzstiftung auch auf die Empfehlung der Ständigen Impfkommission (STIKO) (1) zu Auffrischimpfungen gegen Covid-19 für Personen mit erhöhtem Risiko für schwere Covid-19-Verläufe aufmerksam. Zusätzlich zur Basisimmunität verringern weitere Auffrischimpfungen gegen Covid-19 das Risiko für schwere Krankheitsverläufe, Hospitalisierungen und Covid-19-bedingte Todesfälle.

Grippe-Impfung: Für wen und wann empfohlen?

Beste Zeitraum für die Gripeschutzimpfung ist von Oktober bis November. Aber auch wenn die Grippewelle im Dezember und Januar startet, kann man sich noch impfen lassen. Eine Impfung wird vor allem folgenden Personengruppen empfohlen:

- Älteren Menschen ab dem 60. Lebensjahr
- Menschen mit einer erhöhten gesundheitlichen Gefährdung infolge einer Grunderkrankung, beispielsweise chronischen Atemwegserkrankungen oder Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Leber- oder Nierenkrankheiten, Diabetes
- Schwangeren
- Medizinischem Personal und Betreuern von Risikopatienten
- Beschäftigten in Einrichtungen mit hohem Publikumsverkehr

Wichtig zu wissen: Die Grippe-Impfung bietet keinen hundertprozentigen Schutz vor einer Ansteckung, u.a. weil sich Grippeviren jährlich verändern. Deshalb muss die Grippe-Impfung auch jedes Jahr neu erfolgen. Herzstiftungs-Experten raten zur Vierfachimpfung wegen des besseren Schutzes im Vergleich zu einer Dreifachimpfung. Diese schützt nur vor den Influenza-A-Viren und einem Influenza-B-Virusstamm, die Vierfachimpfung hingegen schützt zusätzlich vor einem weiteren Influenza-B-Virusstamm. Die Wirkung ist also breiter. Weitere Informationen zur Grippe-Impfung und zu Maßnahmen für einen besseren Schutz vor Infektionen wie Hygiene-Vorkehrungen (Händewaschen) bietet die Herzstiftung

unter <https://herzstiftung.de/grippeimpfung-und-grippewelle>

Herzbeteiligung: Warum Grippeviren das Herz angreifen können

Dass Grippeviren für Herzpatienten gefährlich werden können, hat mehrere Gründe. Zum einen bleiben die Viren nicht ausschließlich in den Atemwegen, sondern breiten sich im ganzen Körper aus und können auch das Herz angreifen. Zum anderen ist die Lunge speziell bei Patienten mit Herzschwäche besonders anfällig. „Bei einer Herzschwäche kann sich aufgrund der verringerten Pumpleistung Blut in die Lungen zurückstauen“, erklärt Prof. Voigtländer, Ärztlicher Direktor des Agaplesion Bethanien-Krankenhauses in Frankfurt am Main. Dadurch werde das Organ anfälliger für Infektionen. „Ein Entgleisen der Herzschwäche, die sogenannte Herzdekompensation, ist ein Notfall und häufig die Folge eines zusätzlichen Ereignisses. Das können Herzrhythmusstörungen, ein plötzlicher Blutdruckanstieg, Fehler bei der Medikamenteneinnahme, aber auch Infektionskrankheiten wie Grippe oder Covid sein.“ Eine rechtzeitige Grippe-Impfung oder eine an die neuen Coronavirusvarianten angepasste Auffrischimpfung trägt dazu bei, dieses Risiko einer Dekompensation zu verringern.

Vorsicht auch bei grippalem Infekt geboten

Die meisten Infektionen der oberen Atemwege werden nicht durch Influenzaviren, sondern durch andere Viren wie Adenoviren oder Rhinoviren hervorgerufen. Man spricht dann vom grippalen Infekt im Unterschied zur echten Grippe (Influenza) - auch wenn mitunter die Symptome ähnlich sind. Allerdings kann auch ein grippaler Infekt eine Herzbeteiligung wie eine Herzmuskelentzündung (Myokarditis) - wenn auch seltener als Influenzaviren - begünstigen, vor allem, wenn sich der Erkrankte nicht genügend schont und auskuriert. Infos über die Symptome einer Herzbeteiligung unter: <https://herzstiftung.de/sport-nach-erkaeltung>

Covid-19-Auffrischimpfungen wird Risikogruppen empfohlen

Nachweislich kritisch ist auch eine Infektion mit SARS-CoV-2 für Herzranke. Gerade aktuell steigen auch wieder die Covid-19-Infektionszahlen. Weil durch die Auffrischimpfung das Risiko für schwere Krankheitsverläufe, Hospitalisierungen und Covid-19-bedingte Todesfälle verringert wird, empfiehlt die Ständige Impfkommission (STIKO) (1) daher Personen mit erhöhtem Risiko für schwere Covid-19-Verläufe zusätzlich zur Basisimmunität weitere Auffrischimpfungen gegen Covid-19, das sind

- Personen ab 60 Jahren,
- Personen ab dem Alter von 6 Monaten, die aufgrund einer Grundkrankheit (z. B. chronische Erkrankungen der Atmungsorgane, chronische Herz-Kreislauf-, Leber- und Nierenerkrankungen, Diabetes, Adipositas) besonders gefährdet sind, schwer an Covid-19 zu erkranken,
- BewohnerInnen in Einrichtungen der Pflege.

Ebenso empfiehlt die STIKO weitere Auffrischimpfungen#

- Personen mit einem erhöhten arbeitsbedingten Infektionsrisiko (medizinisches oder pflegerisches Personal),
- Familienangehörige und enge Kontaktpersonen von Personen unter immunsuppressiver Therapie, die durch eine Covid-19-Impfung selbst nicht sicher geschützt werden können.

Allen Erwachsenen zwischen 18 und 59 Jahren (inklusive Schwangere) empfiehlt die STIKO den Aufbau einer Basisimmunität - sofern nicht schon im Zuge der Pandemie vorhanden. Dafür muss das Immunsystem dreimal Kontakt mit Bestandteilen des Erregers gehabt haben, davon mindestens zweimal durch die Impfung und einmal mit dem Erreger selbst (Infektion). Aktuell sind für die Auffrischimpfung an die neuen Virusvarianten angepasste Impfstoffe von mehreren Herstellern zugelassen. Beide Schutzimpfungen - gegen Grippe und gegen Covid-19 - können übrigens an einem

Tag durchgeführt werden. Ein Kombi-Impfstoff ist allerdings noch in der Entwicklung.

Literatur:

(1) Robert Koch-Institut (RKI), COVID-19-Impfempfehlung (Stand: 18.9.2023):

https://www.rki.de/SharedDocs/FAQ/COVID-Impfen/FAQ_Liste_STIKO_Empfehlungen.html

STIKO-Empfehlung zur COVID-19-Impfung, in: Robert Koch-Institut, Epidemiologisches Bulletin 21/2023 vom 25. Mai 2023, Seiten

2-3: https://www.rki.de/DE/Content/Infekt/EpidBull/Archiv/2023/Ausgaben/21_23.pdf?__b...

Service:

Informationen zur Grippe-Impfung und zu Maßnahmen für einen besseren Schutz vor Infektionen wie Hygiene-Vorkehrungen (Händewaschen) bietet die Herzstiftung

unter <https://herzstiftung.de/grippeimpfung-und-grippewelle>

Wie erkenne ich, dass mein Herz infolge einer Grippe geschädigt ist? Und wie lange muss ich nach einer Erkältung, einem grippalen Infekt oder einer Grippe mit dem Sport pausieren? Antworten auf diese und viele weitere Fragen gibt Sportkardiologe Prof. Dr. med. Jürgen Scharhag vom Wissenschaftlichen Beirat der Deutschen Herzstiftung

unter <https://herzstiftung.de/sport-nach-erkaeltung>