



**Stimmt das?
Fakten-Check
zum Thema Impfen**



Inhalt

Wozu dieser Fakten-Check?	3
Fakten-Check 1: „So schlimm sind die Krankheiten nun auch wieder nicht.“	4
Fakten-Check 2: „Impfungen haben zu viele Nebenwirkungen.“	5
Fakten-Check 3: „Ich habe bereits genug Termine. Wie soll ich da noch an einen Impftermin denken und diesen wahrnehmen?“	6
Fakten-Check 4: „Ich hatte die Krankheit schon. Da brauche ich keine Impfung mehr!“	7
Fakten-Check 5: „Die Impfungen wirken doch nicht, die Geimpften haben sich auch mit Corona angesteckt!“	8
Weitere Informationen	9
Impressum	10



Wozu dieser Fakten-Check?

Vielleicht haben Sie das auch schon erlebt: Sie sprechen mit älteren Menschen über das Thema Impfen und stoßen dabei auf Vorbehalte und Gegenargumente. Aber spontan fallen Ihnen keine guten Antworten ein. Aus diesem Grund haben wir die häufigsten Einwände gegen das Impfen für Sie zusammengefasst und dazu Fakten gesammelt, mit denen Sie Vorbehalten begegnen können.

Ziel ist nicht, dass Sie Ihr Gegenüber über medizinische Wirkstoffe und Nebenwirkungen aufklären oder mit aller Kraft von einer Impfung überzeugen. Es geht vielmehr darum, im Gespräch Unsicherheiten aufzugreifen und auf weitere Informationsquellen zu verweisen.



Fakten-Check 1:

„So schlimm sind die Krankheiten nun auch wieder nicht.“

Fakt ist: Mit zunehmendem Alter wird das Immunsystem schwächer. Bei Menschen ab 60 Jahren steigt das Risiko für Infektionen, die lange und schwere Erkrankungen nach sich ziehen können. So kann beispielsweise eine Grippe zu einer Lungenentzündung oder Herzmuskelentzündung führen. Bakterien wie z. B. Pneumokokken können eine Lungenentzündung, Hirnhautentzündung oder Blutvergiftung verursachen. Eine Impfung beugt solch schweren Krankheitsverläufen in vielen Fällen vor.

Außerdem senken viele Impfungen das Risiko, überhaupt krank zu werden. Im Fall der Gürtelrose (Herpes Zoster) erkranken zum Beispiel nur 3 von 100 Erwachsenen, die dagegen geimpft sind. Bei Erwachsenen ohne Impfung sind es hingegen 33 von 100 (Quelle: RKI/Stand Feb. 2024).



**Impfungen schützen
die Gesundheit!**

Fakten-Check 2:

„Impfungen haben zu viele Nebenwirkungen.“

Fakt ist: Bevor Impfstoffe in Deutschland angeboten werden, durchlaufen sie viele klinische Studien. Dabei werden Nutzen und Risiken gegeneinander abgewogen. Auch nach der Zulassung werden Impfstoffe dauerhaft überwacht. Impf-Komplikationen können jederzeit an das Paul-Ehrlich-Institut gemeldet werden. Ärztinnen und Ärzte sind dazu sogar verpflichtet.

Dennoch können nach einer Impfung Schwellungen oder Rötungen an der Einstichstelle auftreten. Unter Umständen kommt es zu Fieber, Kopf- und Gliederschmerzen und/oder Durchfall. Diese Nebenwirkungen sind in der Regel aber nur von kurzer Dauer. Unerwünschte Nebenwirkungen eines Impfstoffes sind sehr selten. Wenn die Nebenwirkungen andauern oder schwerwiegend sind, sollte man sich an eine Ärztin oder einen Arzt wenden.

Trotz möglicher Nebenwirkungen zählen Impfungen zu den wirksamsten Maßnahmen, um sich vor schweren Krankheiten zu schützen. So konnten zum Beispiel die Pocken, die früher bei vielen Menschen zum Tod führten, weltweit ausgerottet werden.



Fakten-Check 3:

**„Ich habe bereits genug Termine.
Wie soll ich da noch an einen Impftermin
denken und diesen wahrnehmen?“**

Fakt ist: Wer viele Termine hat, kann leicht den Überblick verlieren. Eine Notiz oder ein Eintrag im (digitalen) Kalender hilft, an den Impftermin zu denken. Eine Vertrauensperson kann unterstützen, indem sie rechtzeitig auf den Termin aufmerksam macht. Gegebenenfalls kann auch die Arztpraxis daran erinnern.

Eine Impfung dauert nur wenige Minuten. Es lohnt sich in jedem Fall, sich die kurze Zeit zu nehmen, weil man langfristig davon profitiert. Einige Impfungen können auch gemeinsam bei einem Termin erledigt werden.

Fakten-Check 4:

„Ich hatte die Krankheit schon. Da brauche ich keine Impfung mehr!“

Fakt ist: Eine Impfung kann trotz bereits durchlebter Erkrankung sinnvoll sein. Der Körper wird durch jede Impfung erneut vor den Krankheitserregern geschützt. Beispielsweise schützt eine Infektion mit dem Corona-Virus zwar zunächst vor einer erneuten Erkrankung, doch schwächt sich dieser Schutz mit der Zeit ab. Eine Auffrischungsimpfung ist deshalb sinnvoll. Außerdem werden Impfstoffe regelmäßig angepasst und schützen deshalb auch dann, wenn sich der Erreger seit der Erkrankung verändert hat.





Fakten-Check 5:

„Die Impfungen wirken doch nicht, die Geimpften haben sich auch mit Corona angesteckt!“

Fakt ist: Grundsätzlich stimmt das. Auch Geimpfte können sich mit der Krankheit anstecken. Aber: Die Wahrscheinlichkeit zu erkranken, ist umso niedriger, je mehr Personen geimpft sind. Denn Impfungen beugen der Verbreitung der Krankheitserreger in der Bevölkerung vor. So wirkte zum Beispiel während der Corona-Pandemie die sogenannte Herdenimmunität: Als mehr Personen geimpft waren, wurde die Krankheit in der Bevölkerung eingedämmt, und die Wahrscheinlichkeit, selbst zu erkranken, sank. Zudem werden dadurch auch Personen geschützt, die sich beispielsweise aufgrund von Vorerkrankungen nicht impfen lassen können. Getreu dem Motto: Impfungen schützen – mich, dich, alle!

Darüber hinaus schützt eine Impfung in den meisten Fällen vor einem schweren Krankheitsverlauf. Wichtig ist, dass bestimmte Impfungen (z. B. gegen Corona oder Grippe) regelmäßig aufgefrischt werden, um die positiven Wirkungen zu erhalten.

Weitere Informationen

Bundesministerium für Gesundheit (BMG)

Informationen zum Thema Impfungen.
www.bundesgesundheitsministerium.de

Digital-Kompass

Anleitung 8: Gesundheitsinformationen im Netz –
kompetent nutzen
www.digital-kompass.de

Gesundheitsinformation.de

Informationen rund um Gesundheitsfragen.
www.gesundheitsinformation.de

Informationsangebot der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA)

Impfen-Info
www.impfen-info.de

Robert Koch-Institut (RKI)

Gesprächskarten: Wie spreche ich über das Thema Impfen?
und Impfmythen: Falschinformationen wirksam aufklären
www.rki.de



Impressum

Herausgeber

BAGSO –
Bundesarbeitsgemeinschaft der
Seniorenorganisationen e. V.
Noeggerathstraße 49
53111 Bonn

Text

BAGSO Service Gesellschaft mbH
Dr. Barbara Keck, Marie-Christin Möhring
www.bagso-service.de

Redaktionelle Bearbeitung

Stefanie Adler, Anna Brückner

Layout

Nadine Valeska Kreuder, www.nadine-kreuder.com

Druck

DCM Druck Center Meckenheim GmbH

Bildnachweis: S. 1: stock.adobe.com | New Africa;
S. 3: stock.adobe.com | contrastwerkstatt;
S. 6: stock.adobe.com | bluedesign;
S. 7: stock.adobe.com | C Coetzee/peopleimages.com

Stand der Information: Oktober 2024

Weitere Informationen im Ratgeber:

Impfen als Vorsorge für ein gesundes Älterwerden

BAGSO – Bundesarbeitsgemeinschaft der Seniorenorganisationen e. V.
(Herausgeber)

www.bagso.de/impfratgeber

Verfügbar in Deutsch, Englisch, Russisch, Türkisch, Ukrainisch

Kostenfrei bestellen: kontakt@bagso-service.de oder

Telefon: 0228 / 55 52 55-0



Wir danken für die freundliche Unterstützung:

CSL Seqirus

GSK

moderna

Pfizer

sanofi

Die BAGSO – Stimme der Älteren

Die BAGSO – Bundesarbeitsgemeinschaft der Seniorenorganisationen vertritt die Interessen der älteren Generationen in Deutschland. In der BAGSO sind mehr als 120 Vereine und Verbände der Zivilgesellschaft zusammengeschlossen, die von älteren Menschen getragen werden oder die sich für die Belange Älterer engagieren. Sie setzt sich für ein aktives, selbstbestimmtes und möglichst gesundes Älterwerden in sozialer Sicherheit ein.

www.bagso.de

