

Wichtige Information für Patientinnen und Patienten  
mit Herz-Kreislauf-Erkrankungen

# Gripeschutz für Ihr Herz



Weshalb Sie sich vor der Atemwegserkrankung  
schützen sollten

---

Die Grippe (Influenza) ist mehr als ein grippaler Infekt:  
Sie kann schwer verlaufen und das Herz-Kreislauf-  
System erheblich belasten. Besonders bei Menschen  
mit Herzerkrankungen ist das Risiko für Komplika-  
tionen deutlich erhöht.

## Die häufigsten Symptome auf einen Blick:

 hohes Fieber (häufig  
über 38,5 °C)

 Schüttelfrost

 trockener Husten

 Hals-, Kopf- und  
Gliederschmerzen

 starkes Krankheits-  
gefühl und Abgeschla-  
genheit

---

## Ein Infekt mit Folgen – auch für das Herz

- ♥ Personen ab 60 Jahren sowie Menschen mit chronischen Herz-Kreislauf-Erkrankungen haben ein deutlich erhöhtes Risiko für einen schweren Verlauf.
- ♥ In den ersten 30 Tagen nach einer Grippeinfektion ist das Risiko für einen Herzinfarkt deutlich erhöht, weil Ablagerungen in den Gefäßen durch Entzündungsreaktionen aufbrechen können und Sauerstoffmangel sowie Stress das Herz belasten.
- ♥ Eine bestehende Herzinsuffizienz kann sich verschlechtern – auch eine Herzmuskelentzündung droht, wenn die Viren direkt das Herz angreifen.

# Gut fürs Herz: Grippeschutz durch Impfung

Eine jährliche Influenza-Impfung mit einem aktuellen, von der WHO empfohlenen Impfstoff kann vor schweren Verläufen schützen – idealerweise verabreicht im Herbst, vor Beginn der Grippewelle.

## Die Ständige Impfkommission (STIKO) empfiehlt die Grippe-Impfung für:

- ♥ alle Menschen ab 60 Jahren – mit einem besonders wirksamen, auf das Alter abgestimmten Impfstoff
- ♥ Menschen mit chronischen Herz-Kreislauf-Erkrankungen oder anderen Grunderkrankungen – unabhängig vom Alter
- ♥ Schwangere ab dem 2. Schwangerschaftsdrittel (bei Vorerkrankungen ab dem 1. Schwangerschaftsdrittel) sowie enge Kontaktpersonen von Menschen mit geschwächter Immunabwehr

## Gute Gründe für eine Grippeschutzimpfung:

- ♥ Schutz vor schweren Verläufen der Grippe und Folgeerkrankungen wie Lungenentzündung
- ♥ geringeres Risiko für Herzinfarkt und Schlaganfall nach einer Influenza-Infektion
- ♥ weniger Stress fürs Herz und ein geringeres Risiko für die Verschlechterung einer bestehenden Herzschwäche

**Sprechen Sie mit Ihrer Kardiologin oder Ihrem Kardiologen über Ihren Grippeimpfschutz.**

Alle Infos auch unter



[herzmmedizin.de/herzen-impfen](https://herzmmedizin.de/herzen-impfen)