

gesund und wie!

Impfungen nützen. Weil sie schützen.

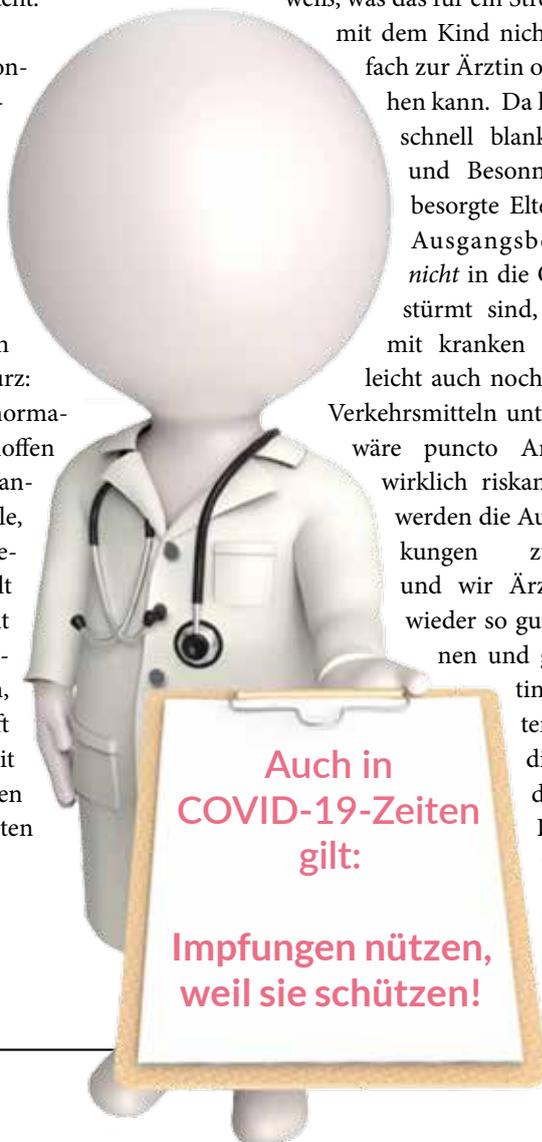
Gratisimpfprogramm und Mutter-Kind-Pass sind die wichtigsten Säulen der Vorsorgemedizin – gerade auch in Zeiten einer Pandemie.

Derzeit passiert etwas ziemlich Seltsames: Einmütig (!) wartet und hofft die ganze Welt auf einen Impfstoff, der vor COVID-19 schützen wird. Täglich werden ForscherInnen befragt und auch daheim am Esstisch Vermutungen angestellt, wann und wo der Durchbruch erreicht wird und damit – hoffentlich – bald ein verlässlicher Schutz gegen dieses Virus zur Verfügung steht.

Ältere Menschen hoffen besonders – weil sie besonders gefährdet sind. Jüngere hoffen besonders – weil sie die Älteren wieder unbesorgt in die Arme schließen wollen – und einander – und Mannschaftssport treiben, Party machen und (sogar!) in die Schule gehen wollen – kurz: wieder unbelastet ihr ganz normales Leben führen. Eltern hoffen besonders, weil es extrem anstrengend ist, wenn Schule, Beruf und Familie in den eigenen vier Wänden gebündelt sind oder wieder gebündelt werden müssten. Jene, die ihre Arbeit verloren haben, hoffen, dass die Wirtschaft wieder bald anspringt, damit sie wissen, wovon sie ihr Leben und das ihrer Lieben bestreiten sollen.

Besonnene Eltern

„Man kann die steirischen Eltern gar nicht genug für ihr besonnenes Verhalten in den letzten Wochen loben“, streut der Obmann der Fachgruppe für Kinder- und Jugendheilkunde, Hans Jürgen Dornbusch, Rosen. „Jeder, der ein kränkendes oder krankes Kind zuhause hat weiß, was das für ein Stress ist, wenn man mit dem Kind nicht rasch und einfach zur Ärztin oder zum Arzt gehen kann. Da liegen die Nerven schnell blank. Die Disziplin und Besonnenheit, mit der besorgte Eltern während der Ausgangsbeschränkungen nicht in die Ordinationen gestürzt sind, war toll! Denn mit kranken Kindern – vielleicht auch noch mit öffentlichen Verkehrsmitteln unterwegs zu sein – wäre puncto Ansteckungsgefahr wirklich riskant gewesen. Jetzt werden die Ausgangsbeschränkungen zurückgenommen und wir Ärzte sind endlich wieder so gut für unsere kleinen und größeren Patientinnen und Patienten erreichbar, wie diese – und wir – das wünschen!“ Damit kehrt ein wichtiger Teil des



Liebe Eltern!



Die letzten Monate waren wohl auch für uns in der Steiermark besonders herausfordernd. Ab nun geht es darum, wieder in einen Alltag hineinzufinden – genau genommen müssen wir ihn in manchen Bereichen neu gestalten. Und: Infektionsvorbeugung, also darauf zu schauen, dass sich niemand Covid-19 einfängt, ist dabei ein wesentlicher Eckpfeiler. Die schlechte Nachricht ist: Das bleibt weiter wichtig – bis es einen Impfstoff gegen „Corona“ gibt. Die gute Nachricht folgt aber auf dem Fuß: Gegen viele extrem ansteckende und/oder riskante Infektionskrankheiten gibt es verlässlichen Schutz – für die meisten davon sogar gratis. Bitte nutzen Sie diesen Schutz. Für Ihr Kind. Und auch für sich selbst. Denn Masern oder Tetanus, Keuchhusten oder Hepatitis B und alle anderen Krankheitserreger, gegen die geimpft werden kann, gab es vor SARS-Cov-2. Und es wird sie auch danach geben. Sie waren immer gefährlich und sie bleiben das auch. Aber: Es gibt eben schon Impfungen, die nützen, weil sie verlässlich schützen.

Michael Adomeit
Dr. Michael Adomeit
Obmann der Wissenschaftlichen Akademie für Vorsorgemedizin

Liebe Eltern!

Ich möchte mich als Ärztin des öffentlichen Gesundheitsdienstes der Landessanitätsdirektion Steiermark sowie als Mutter schulpflichtiger Kinder an Sie wenden. Die letzten Wochen der Coronavirus-Pandemie und die damit einhergehende häusliche Isolation stellte die Menschen in Österreich vor völlig neue Herausforderungen. Der Spagat zwischen Beruf, Kinderbetreuung und „Schule zu Hause“ ist nicht einfach.

Jetzt, wo die Maßnahmen zur Eindämmung von Covid-19 seitens der Bundesregierung gelockert werden, sollte der Fokus auch wieder auf andere Gesundheitsthemen gelenkt werden. Daher möchte ich Sie an die Vorsorgeuntersuchungen im Rahmen des Mutter-Kind-Passes sowie anstehende Impfungen Ihrer Kinder erinnern.

Da in der Steiermark bis zum Herbst 2020 die Schulimpfkation nicht durchgeführt werden kann, möchte ich Ihnen folgende Alternativen seitens des öffentlichen Gesundheitsdienstes anbieten: Sie können das kostenfreie Kinderimpfprogramm und die saisonale FSME-Impfung an den Gesundheitsämtern der Bezirke, des Magistrat Graz sowie an der Impfstelle der Landessanitätsdirektion in Anspruch nehmen. Dieses Angebot steht Ihnen auch über die Sommerferien zur Verfügung! Um die aktuell bestehende Abstandsregelung und Hygienemaßnahmen einhalten zu können und um längere Wartezeiten zu vermeiden, sind telefonische Terminvereinbarungen mit der jeweiligen Impfstelle notwendig.

In diesem Sinne wünsche ich Ihnen und Ihren Familien alles Gute, bleiben Sie gesund!

Dr. Claudia Strunz

»Die Impfungen einfach bei den Haus- oder KinderärztInnen machen lassen, damit der empfohlene Impfschutz angelegt, aufgefrischt oder ergänzt wird – was übrigens auch für Erwachsene sehr wichtig ist.«

Dr. Christoph Schweighofer

Alltags in unser Leben zurück: Zur Ärztin oder zum Arzt unseres Vertrauens gehen zu können, wenn man etwas braucht – auch wenn es vielleicht „nur“ um einen Vorsorgetermin wie den Mutter-Kind-Pass oder eine Impfung geht.

Vorsorgemedizin als Teil des normalen Alltags

Wie wichtig diese Vorsorgemedizin ist, haben uns die letzten Wochen schmerzlich gelehrt: Gäbe es bereits eine Impfung, die gegen COVID-19 schützt und wären genügend Menschen damit geimpft, wäre uns allen der Shutdown erspart geblieben. Dabei hätte es noch schlimmer kommen können, denn es gibt Viren, die viel ansteckender sind als SARS-CoV-2. „Masern – zum Beispiel – verbreiten sich viel schneller von Mensch zu Mensch als SARS-CoV-2“, weiß der Leiter Infektiologie an der Grazer Kinderklinik, Werner Zenz, „sie sind rund 10 Mal ansteckender. Die Sterblichkeit bei Masern ist zwar viel geringer, aber: Auch Masern können lebensgefährlich verlaufen“, so Zenz. „Bei einer Masernepidemie mit sehr vielen Erkrankten steigt eben auch das Risiko, unter denen zu sein, die bleibende Schäden haben und schlimmstenfalls nicht überleben“, ergänzt der Leiter der Kinderabteilung am LKH Hochsteiermark, Standort Leoben, Prim. Reinhold Kerbl. „Deshalb ist es absolut wichtig, gerade auch die Babys, Kinder und Jugendlichen gegen

jene Infektionskrankheiten zu schützen, gegen die es Impfungen gibt – und die allerwichtigsten sind sogar gratis erhältlich“, so Kerbl.

Schulkinder und Jugendliche: Impfung in den Ordinationen

„Auch wenn die Kinder und Jugendlichen nun wieder einige Tage pro Woche in der Schule sein werden, heißt das leider nicht, dass dort alles wie gewohnt angeboten wird“, weiß Christoph Schweighofer, Referent für Vorsorgemedizin in der Ärztekammer Steiermark: „Das gilt leider auch für die Schulimpfkationen, die noch einige Monate nicht stattfinden werden. Das bedeutet aber: Für zigtausende 6- bis 15-Jährige werden so wichtige Impfungen wie Diphtherie, Tetanus, Polio, Pertussis, MMR und viele weitere in der Schule derzeit nicht durchgeführt. Das gilt natürlich auch für die bei uns so wichtige FSME-Impfung. Denn: Die Zecken halten sich ganz sicher nicht an die Ausgangssperre. Wir Menschen wollen und sollen aber wieder ins Grüne: Das ist wichtig, damit wir fit und gesund bleiben. Solange es in der Schule kein Turnen gibt, ist das gerade auch für die Kinder und Jugendlichen sehr, sehr wichtig“, so Schweighofer, der praktischer Arzt in Kapfenberg ist. „Alle Gratisimpfungen – und selbstverständlich auch alle weiteren empfohlenen Impfungen – gibt es aber bei den niedergelassenen HausärztInnen und bei den FachärztInnen für Kinder- und Jugend-

SICHERHEIT wird bei den steirischen FachärztInnen für Kinder- und Jugendheilkunde groß geschrieben

- Vereinbaren Sie **telefonisch einen Termin** für den Arztbesuch – auch wenn es um Mutter-Kind-Pass- oder Impftermine geht. In die meisten Ordinationen werden Sie **nur einzeln eingelassen**.
- Bitte verwenden Sie Ihren **eigenen Mund-Nasen-Schutz** und halten Sie **mindestens 1 Meter Abstand** zu anderen Personen einschließlich dem Ordinationspersonal.
- Das Kind soll **nur von EINER (gesunden) Person mit Mund-Nasen-Schutz begleitet** werden (**möglichst keine Geschwister** mitbringen). Weitere Personen müssen gegebenenfalls am Parkplatz warten.
- In einem Raum bzw. im Wartezimmer **darf sich jeweils nur EIN Kind + Begleitperson** gleichzeitig befinden.
- Gesunde und kranke PatientInnen werden in der Ordination **örtlich und/oder zeitlich getrennt**. Die Ärztin/der Arzt trägt bei der **Untersuchung einen Mund-Nasenschutz**; **vor und nach jedem Patientenkontakt** werden die Hände und Oberflächen **desinfiziert**.

heilkunde“, so Schweighofer. Daher gilt für die Zeit bis es wieder Schulimpfkationen gibt: Die Impfungen einfach bei den Haus- oder KinderärztInnen machen lassen, damit der empfohlene Impfschutz angelegt, aufgefrischt oder ergänzt wird – was übrigens auch für Erwachsene sehr wichtig ist (siehe Kasten).

Der Mutter-Kind-Pass sorgt für Sicherheit

Während der Corona-Krise wurde beim Kinderbetreuungsgeld darauf Rücksicht genommen, dass Mutter-Kind-Pass-Untersuchungen verschoben werden mussten. Nun gilt es, sie so rasch wie möglich nachzuholen, denn die MKP-Untersuchungen dienen dazu, die körperliche Entwicklung vom Säuglingsalter bis zum 5. Lebensjahr medizinisch zu begleiten. Mit ihnen werden allfällige Probleme oder Fehlentwicklungen erkannt und können damit früh und rechtzeitig behandelt werden: von der Entwicklung so wichtiger Sinnesorgane wie Auge und Ohr über den Stütz- und Bewegungsapparat, das Spiel- und Sozialverhalten, die Sprachentwicklung, die Ernährung bis zur Zahngesundheit. In all diesen Bereichen sorgt der Mutter-Kind-Pass für eine sichere Reise ins weitere Leben. „In allen Ordinationen gelten strenge Hygienrichtlinien. Gesunde Kinder, die zu Vorsorgeuntersuchungen oder zum Impfen kommen, werden zeitlich und/oder örtlich von kranken getrennt und nur einzeln in die Ordination eingelassen. Auch die Desinfektionsmaßnahmen werden streng eingehalten. Damit beugen wir Ansteckungen wirksam vor“, nimmt Kinderarzt Hans Jürgen Dornbusch die Angst vor Ansteckungen beim Arztbesuch.

DER ÖSTERREICHISCHE IMPFPLAN EMPFIEHLT ...

- **GRATISIMPFUNGEN für Babys & Kleinkinder:**
 - Rotaviren:** je nach Impfstoff ab 7. bis 24. bzw. 32. Lebenswoche, 2 bzw. 3 Teilimpfungen
 - 6-fach-Impfung:** Diphtherie, Tetanus, Polio, Pertussis, Hämophilus Influenzae Typ B, Hepatitis B; ab 3. Lebensmonat, 3 Teilimpfungen
 - Pneumokokken:** ab 3. Lebensmonat, 3 Teilimpfungen; für Kinder mit hohem Risiko gratis bis zum 5. Lebensjahr
 - MMR: Masern-Mumps-Röteln** ab 10. Lebensmonat, 2 Teilimpfungen
- **WEITERE Impfungen für Babys & Kleinkinder:**
 - Meningokokken B:** ab 3. Lebensmonat, 4 Teilimpfungen
 - Influenza:** ab 7. Lebensmonat, 1 x pro Jahr
 - Meningokokken C:** ab 13. Lebensmonat, 1 Impfung
 - Hepatitis A:** ab 13. Lebensmonat, 2 Teilimpfungen
 - Varizellen:** ab 13. Lebensmonat, 2 Teilimpfungen
 - FSME:** ab 13. Lebensmonat (optimal: ab 7.) (Impfschema siehe rechts unten)
- **GRATISIMPFUNGEN für Schulkinder & Jugendliche:**
 - MMR: Masern-Mumps-Röteln;** 6. bis 15. Lebensjahr; nachholen, falls noch nicht oder nur 1x geimpft
 - Diphtherie-Tetanus-Poliomyelitis-Pertussis:** 7. bis 9. Lebensjahr, 1 Booster-Impfung
 - Hepatitis B:** 7. bis 15. Lebensjahr, 1 Booster-Impfung (oder Grundimmunisierung nachholen)
 - Meningokokken ACWY:** 11. bis 13. Lebensjahr, 1 Impfung
 - HPV: Humane Papillomaviren;** 10. bis 12. Lebensjahr, 2 Teilimpfungen; falls 13. bis 15. Lebensjahr: vergünstigt bei öffentlichen Impfstellen
 - ab 16. Lebensjahr: 3 Teilimpfungen (Vollpreis)
- **WEITERE Impfungen für Schulkinder & Jugendliche:**
 - Nachholen, falls bisher ungeimpft:** Varicellen, Hepatitis A, Meningokokken B
 - Influenza:** 1 Impfung pro Jahr
 - FSME:** Impfschema siehe rechts



FSME: die Zeckenschutzimpfung

Die FSME-Impfung ist für alle empfohlen. Impfbeginn ist im 13. (und optional im 7.) Lebensmonat.

Grundimmunisierung: 2 Teilimpfungen im Abstand von 1-3 Monaten
3. Teilimpfung je nach Impfstoff: 5 bis 12 Monate nach der 2. Teilimpfung (FSME immun) bzw. 9 bis 12 Monate nach der 2. Teilimpfung (Encepur)

Auffrischungen:

1. Auffrischung:
3 Jahre nach der Grundimmunisierung
Danach: alle 5 Jahre auffrischen;
Ab dem 61. Lebensjahr:
alle 3 Jahre auffrischen

Gesundheitslandesrätin Juliane Bogner-Strauß im Gespräch mit „Gesund. Und Wie!“

„Es geht um die Gesundheit Ihrer Kinder“

Gesund. Und Wie!: Frau Landesrätin, derzeit wird viel über eine eventuelle COVID-19-Impfung spekuliert. Über verfügbare Impfungen wird dagegen weniger gesprochen. Können Sie das als Gesundheitspolitikerin und Wissenschaftlerin verstehen?

Bogner-Strauß: Ja und nein. Ja, weil das Coronavirus unser Bewusstsein bestimmt. Nein, weil Impfungen gegen Masern, Mumps, Röteln, Diphtherie, Keuchhusten etc. Kinderleben retten können. Aber eben nur dann, wenn Eltern ihre Kinder auch impfen lassen. Dass eine Impfung theoretisch vorhanden ist, reicht nicht. Sie muss auch praktisch genutzt werden.

In den letzten Wochen haben viele Menschen gezögert, ihre Ärztinnen und Ärzte aufzusuchen. Auch so manche Praxis befand sich im Notfallmodus. Wird sich das rasch ändern lassen?

Bogner-Strauß: Rasch nicht. Aber es muss sich unter Einhaltung aller Sicherheits- und Hygienevorgaben ändern, wenn wir die Gesundheit unserer Kinder erhalten wollen. Da sind die Vorsorgeprogramme wie der Mutter-Kind-Pass und die Gratisimpfaktion die wichtigsten Säulen der medizinischen Vorsorge. Ich freue mich, dass die Ärztinnen und Ärzte hier bereits große Anstrengungen unternehmen, um ihre Patientinnen und Patienten zu überzeugen, die verschobenen Vorsorgetermine nachzuholen.



»Impfungen nützen, weil sie schützen – unsere Jüngsten und Schwächsten. Alle Impfungen – von FSME bis HPV –, die aufgrund der Corona-Pandemie seit März und April nicht durchgeführt werden konnten, sind im Juni oder Juli noch genauso wichtig. Nehmen Sie daher mit ihrem Arzt oder ihrer Ärztin Kontakt auf, damit die Impfungen rasch nachgeholt werden.«

Dr.ⁱⁿ Juliane Bogner-Strauß
Landesrätin für Bildung, Gesellschaft, Gesundheit und Pflege

Bei der HPV-Impfung, die ja immerhin gegen mehrere Krebsarten schützt, war die Impfbeteiligung schon vor der Corona-Pandemie nicht übermäßig hoch. Rechnen Sie jetzt mit weiteren Rückschlägen?

Bogner-Strauß: Die Impfung gegen Humane Papillomaviren (HPV) ist die jüngste im Gratis-Impfprogramm. Da ist eine konsequente Aufklärungs- und Informationsarbeit über Jahre hinweg nötig. Die besondere Herausforderung bei der HPV-Impfung ist es, auch die Kinder und Jugendlichen – und nicht nur die Eltern – zu überzeugen. Denn: Bei HPV werden ja nicht Kleinkinder geimpft, sondern 9- bis 12-Jährige, die eine eigene Meinung haben.

Die Schulimpfungen durch Amtsärztinnen und Amtsärzte wird es laut Landessanitätsdirektion nicht vor Herbst geben können. Bedauern Sie das?

Bogner-Strauß: Die amtsärztlichen Schulimpfungen sind natürlich ein wichtiger Baustein im gesamten Impfkonzept. Da wird der Impfschutz, den die Babys und

Kleinkinder erhalten haben, im Schulalter aufgefrischt. Bei manchen, die als Kleinkind vielleicht nicht geimpft werden konnten, wird diese Lücke dann bei der Schulimpfung geschlossen. So gesehen bedauere ich zwar, dass es hier zu Verzögerungen kommen muss, aber ich verstehe es natürlich auch: Das öffentliche Gesundheitswesen ist durch die Corona-Pandemie starken Belastungen ausgesetzt. Ich gehe aber davon aus, dass die niedergelassenen Ärztinnen und Ärzte hier in die Bresche springen werden.

Ihre Botschaft an die Eltern?

Bogner-Strauß: Eine Impfung, die im März und April nicht stattfinden konnte, ist im Mai, Juni und Juli immer noch wichtig. Nehmen Sie umgehend Kontakt mit Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt auf, damit die Impfung möglichst rasch nachgeholt wird. Dasselbe gilt für die Mutter-Kind-Pass-Untersuchungen. Bei beiden Programmen geht es um die lebenslange Gesundheit Ihrer Kinder.

Impressum & Offenlegung:

Wissenschaftliche Akademie für Vorsorgemedizin, Radetzkystraße 9/1, 8010 Graz, Tel 0316/829727, akademie@vorsorgemedizin.st • Redaktion Dr. Jasmin Novak • Gestaltung CONCLUSIO PR Beratung, Schmiedgasse 38, 8010 Graz • Druck Medienfabrik, 8020 Graz • gedruckt auf Kosten des Landes Steiermark

Österreichische Post AG/Sponsoring Post
Verlagspostamt 8010 Graz
GZ 022034731 Gesund und wie!
Retouren an Postfach 555, 1008 Wien

Gesund und Wie! ist das Elternmagazin der Wissenschaftlichen Akademie für Vorsorgemedizin. Gesund und Wie! erscheint mindestens 2 Mal pro Jahr und informiert kostenfrei über vorsorgemedizinische Themen für Kinder und Jugendliche. Es ergeht an die Eltern von 0–15-Jährigen, die sich zum Eltern-Kind-Infoservice & zu den Gratisimpfaktionen des Landes Steiermark angemeldet haben.