

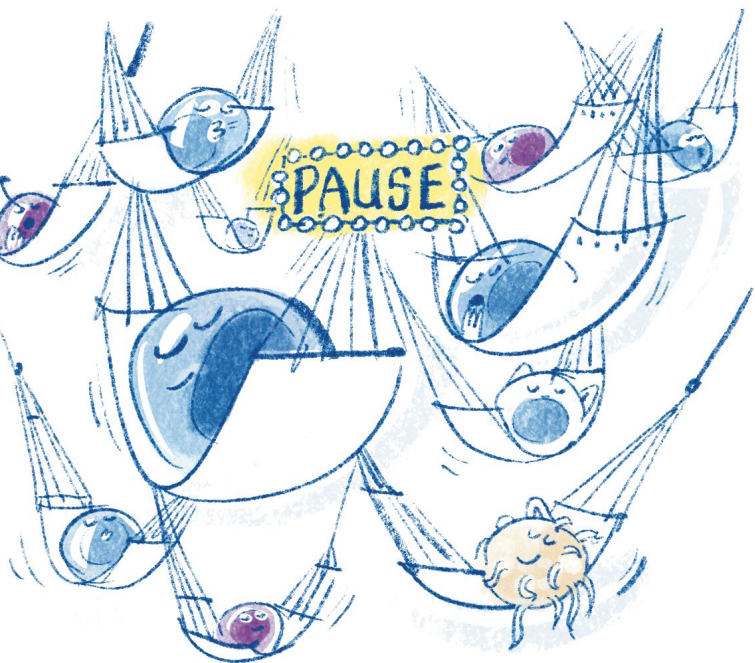


Infektionsschutz und Schwangerschaft

Wichtige Entscheidungshilfen für werdende Mütter

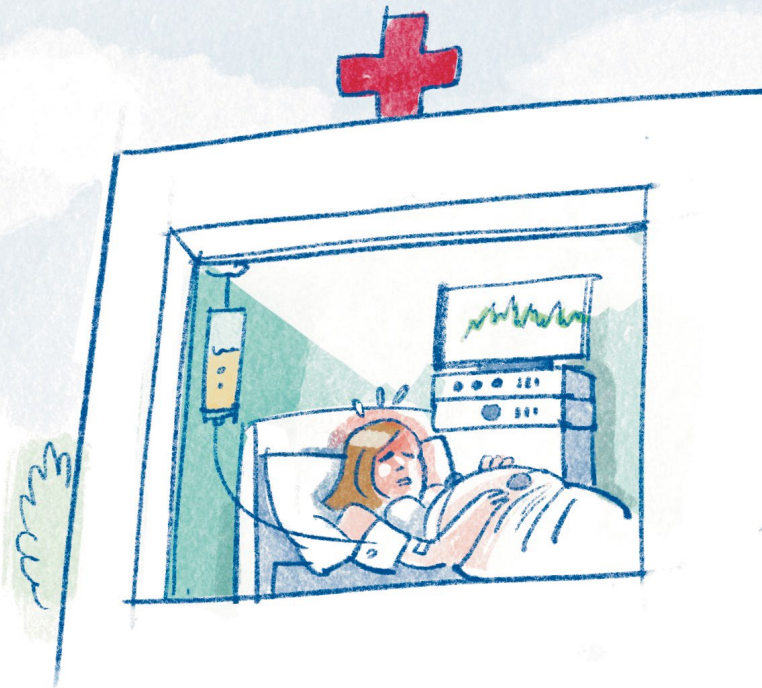
Das Immunsystem in der Schwangerschaft

Die erste Entscheidung trifft Ihr Immunsystem: Es macht Pause.



Es ist schon ein Dilemma: In der Schwangerschaft wäre ein „hellwacher“ Infektionsschutz doppelt wichtig – und das Immunsystem macht einfach Pause. Mit der Konsequenz, dass das Risiko für schwere Infektionsverläufe steigt.

Informieren Sie sich hier, wie Sie sich mit einem Immunsystem, das sich gerade eine Pause nimmt, gegen Infektionen schützen können.



Warum ist das so? Ihr Kind erbt genetische Merkmale des Vaters, die das Immunsystem als fremd erkennt – und bekämpfen müsste. Um den Schwangerschaftsverlauf nicht zu stören, wird das Immunsystem auf „Pause“ geschaltet – und das ungeborene Kind kann in Ruhe reifen.

Eine leichte Entscheidung: Auf die richtige Ernährung und Hygiene achten.



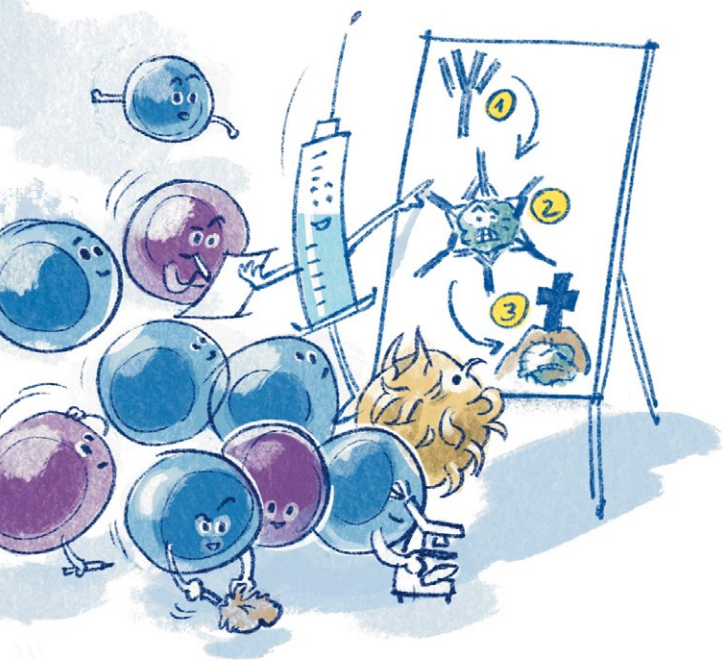
Meiden Sie z.B. diese Speisen, denn in ihnen lauern Erreger, die die Plazenta überqueren und dadurch dem Kind schaden können: Rohes, ungenügend gegartes Fleisch • roher Fisch • Produkte aus nicht pasteurisierter Milch • (vakuum-)verpackte Salate. Teilen Sie vor allem mit Kleinkindern keine Speisen, kein Besteck und kein Geschirr, da sich im Speichel Erreger befinden können.



Achten Sie auch verstärkt auf Hygiene: Waschen Sie rohes Obst und Gemüse gründlich. Tragen Sie beim Umgang mit Erde Handschuhe. Wenn Sie mit Ausscheidungen in Berührung kommen, z.B. die Windeln von Geschwisterkindern wechseln, ist ebenfalls besondere Hände-Hygiene angeraten. Handschuhe oder intensives Händewaschen schützt Sie.

Infektionsschutz durch Impfungen

Der Lernerfolg entscheidet mit, denn Impfungen sind Schulungen für Ihr Immunsystem.



Der Impfstoff ist ein Lehrstoff für Ihr Immunsystem. Denn bei einer Impfung werden abgetötete Bestandteile eines Virus oder Bakteriums verabreicht. Auch mRNA-Impfstoffe können eingesetzt werden, die den Bauplan des Erregers enthalten und Körperzellen dazu bringen, Bestandteile des Erregers zu produzieren.



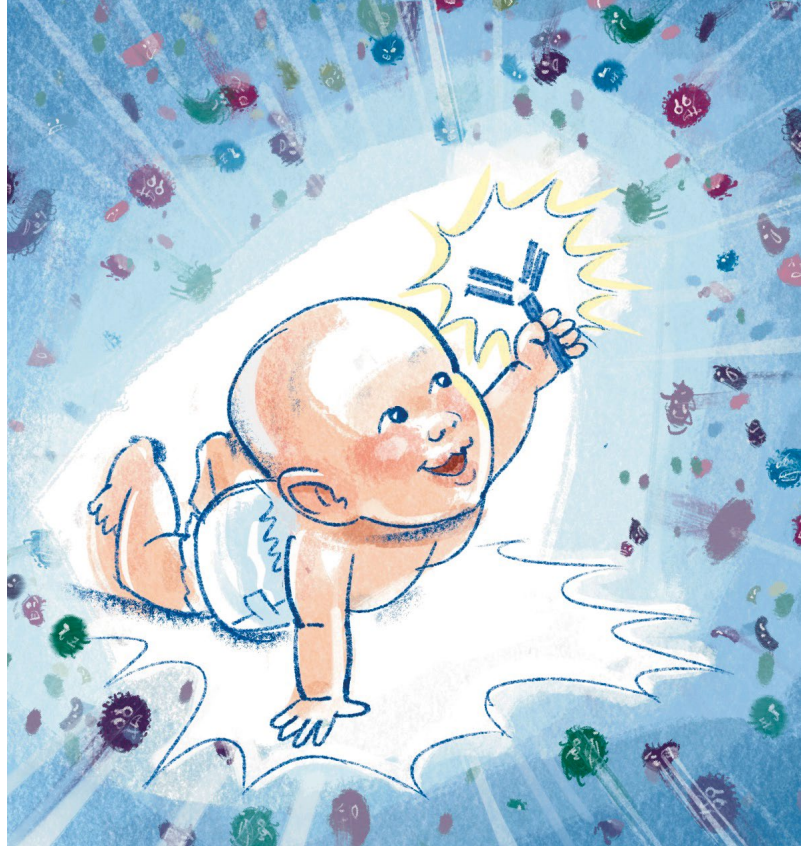
Es werden also „Anschauungsbeispiele“ geimpft. Das Immunsystem lernt die Eindringlinge schon mal kennen und erlernt, wie es sich verteidigen kann. Dadurch ist es im Erkrankungsfall bestens vorbereitet, um die Infektion schneller und effizienter zu beseitigen.

Infektionsschutz durch Impfungen

Entscheidende Impfvorteile: Doppelter Nutzen während der Schwangerschaft.



Ein gut geschultes Immunsystem ist doppelt wichtig. Es schützt natürlich Sie und sorgt im Infektionsfall für einen milden Verlauf. Der doppelte Nutzen: Durch die gebildeten Antikörper wird der Infektionsschutz auf Ihr Kind übertragen. In der Schwangerschaft über die Plazenta, nach der Geburt durch das Stillen mit der Muttermilch.



Der Schutz durch die Antikörper wirkt in den ersten sechs Lebensmonaten Ihres Babys. Das ist besonders wichtig, da in dieser Zeit das körpereigene Immunsystem noch ausreifen muss. Ihr Kind startet also gut gerüstet ins Leben.

Infektionsschutz durch Impfungen

Jede Impfentscheidung ist auch eine Risiko-Nutzen-Entscheidung.



Eine Impfung ist immer eine Abwägung zwischen möglichen Nebenwirkungen auf der einen Seite – am häufigsten sind das Erkältungssymptome, Rötungen und Schmerzen an der Einstichstelle – und dem Nutzen für Mutter und Kind auf der anderen Seite. Wir können Ihnen die Entscheidung natürlich nicht abnehmen. Aber Sie müssen – und sollten – Ihre Entscheidung nicht alleine mit sich ausmachen.

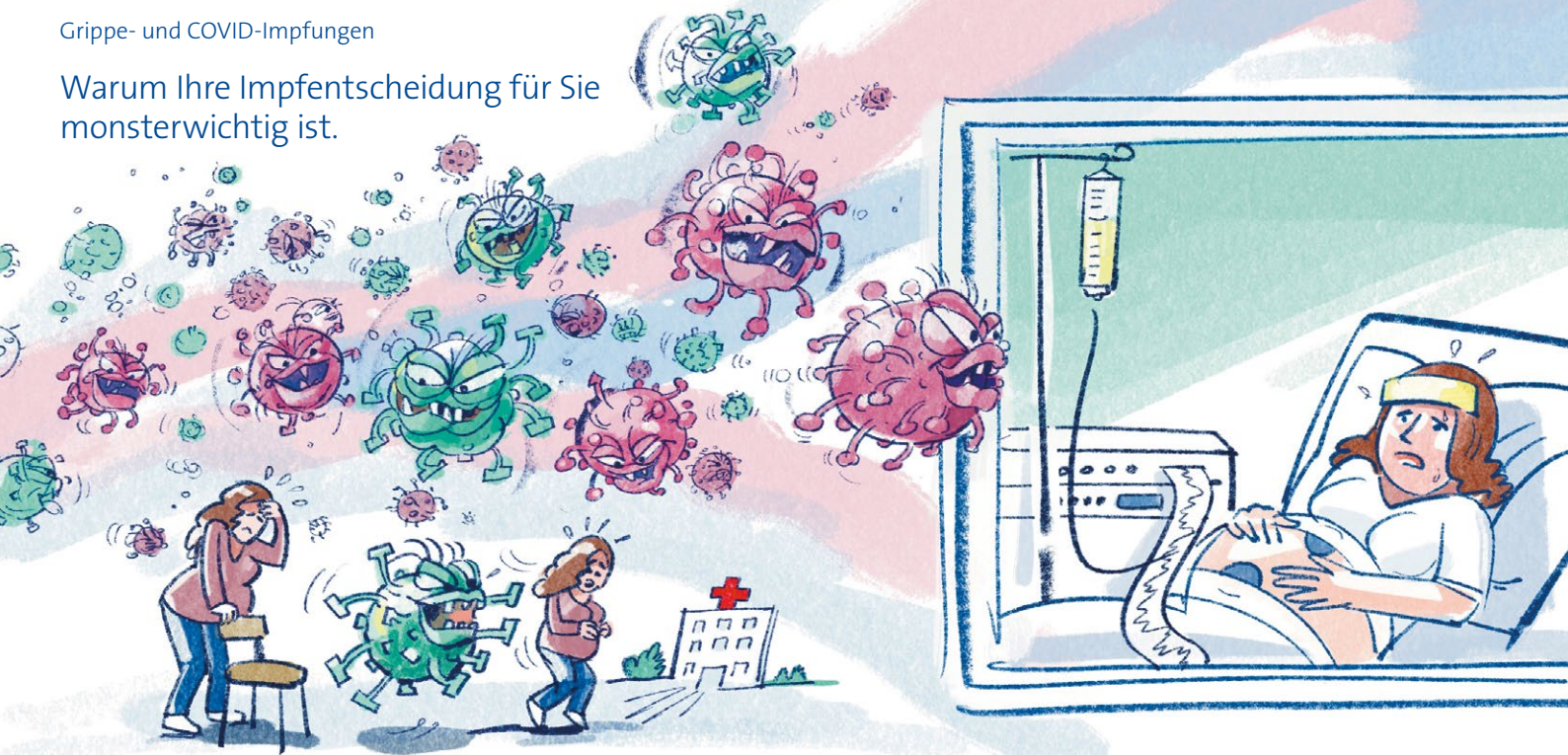


Während der Schwangerschaft sind Impfungen gegen Grippe, Corona, Keuchhusten und das respiratorische Synzytial-Virus (RSV) am wichtigsten.

Ärzt:innen und Wissenschaftler:innen der Deutschen Gesellschaft für Gynäkologie und Geburtshilfe – ein anerkanntes Expert:innen-Gremium – empfehlen diese Impfungen.

Grippe- und COVID-Impfungen

Warum Ihre Impfentscheidung für Sie
monsterwichtig ist.



Grippe- und COVID-Erkrankungen können für jeden von uns wahre Monster-Folgen haben. Besonders in der Schwangerschaft – wenn das Immunsystem auf Pause geschaltet ist – kann eine Impfung schwere Verläufe und die damit verbundenen Risiken verhindern. Es geht sozusagen gI-MPF-lich aus.

Aus ärztlicher Sicht überwiegt deshalb der Nutzen. Eine Impfung sorgt für eine bessere Gesundheit für Mutter und Kind. Das Risiko, aufgrund einer schweren Infektion ins Krankenhaus zu müssen oder sogar eine Früh- oder Totgeburt zu erleiden, ist deutlich geringer. Große Studien mit vielen tausend gegen Grippe geimpften schwangeren Frauen belegen keine negativen Effekte für Mutter und Kind.

Keuchhusten- und RSV-Impfung

Warum Ihre Impfentscheidung für Ihr Neugeborenes monsterwichtig ist.

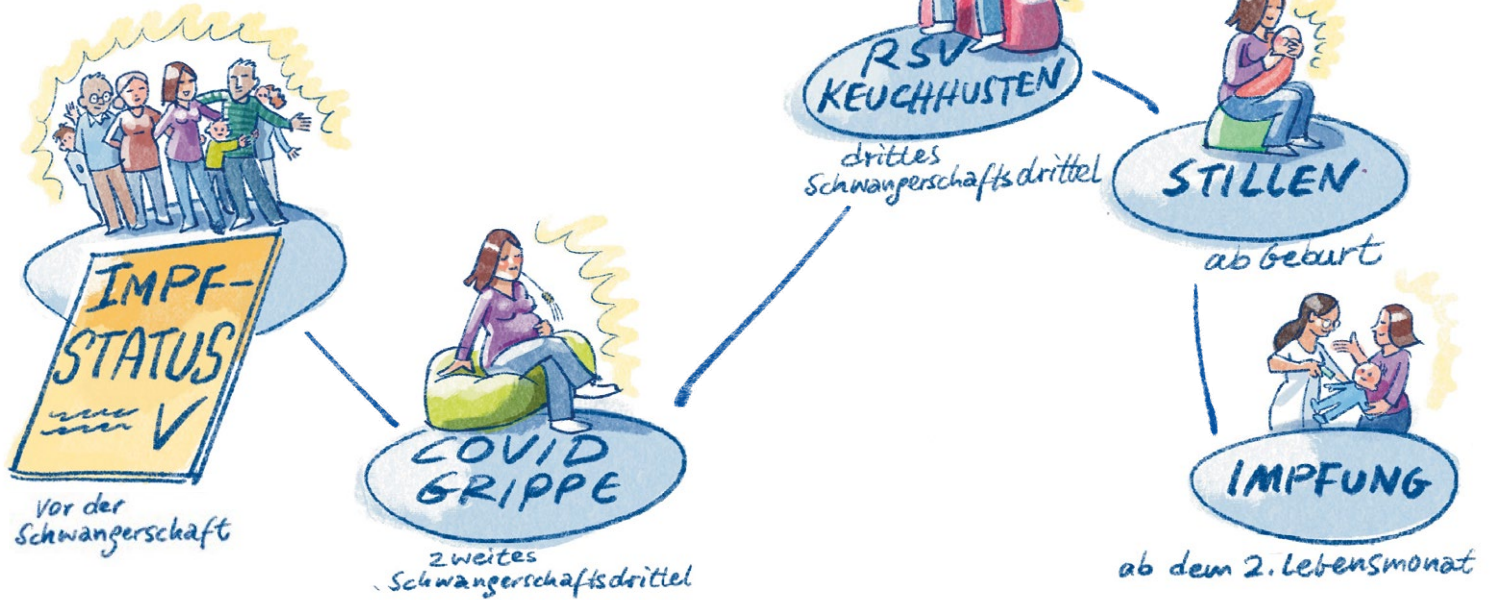


Diese beiden Impfungen empfehlen wir zum Ende Ihrer Schwangerschaft. Denn eine Infektion mit Keuchhusten oder dem Respiratorischen Synzytial-Virus (RSV) stellt insbesondere für Neugeborene eine gesundheitliche Bedrohung dar. Einen entsprechenden Impffahrplan finden Sie ebenfalls in dieser Broschüre.

Aus ärztlicher Sicht überwiegt auch hier der Nutzen. Eine Impfung während der Schwangerschaft schützt das Neugeborene durch die Antikörper der Mutter und vor einem längeren Krankenhausaufenthalt. Große Studien belegen ihre Sicherheit.

Impffahrplan

Der richtige Impfzeitpunkt ist ganz entscheidend.



Idealerweise haben alle Bezugspersonen einen lückenlosen Impfstatus und sind gegen Masern, Röteln, Windpocken und Gürtelrose, Tetanus, Diphtherie, Polio, Hepatitis und COVID 19 geimpft.

Also neben der Mom-to-be auch der Partner/die Partnerin, Omas und Opas, Onkel, Tanten und Geschwister.

Ab der 13. Schwangerschaftswoche werden COVID- und Grippe-Impfungen empfohlen, um die Mutter vor einem schweren Verlauf zu bewahren. Gegen Ende sind Keuchhusten- und RSV-Impfungen sinnvoll. Denn durch die Antikörper, die von der Mutter z.B. durch das Stillen auf das Kind übertragen werden, wird auch das Neugeborene geschützt. Ab dem 2. Lebensmonat sollte Ihr Kind ebenfalls Impfschutz erhalten.

Ärztliche Impfpfhlung

Wir sind entschieden für einen
Infektionsschutz durch Impfungen.



Das Für und Wider eines Impfschutzes wird in der Gesellschaft kontrovers diskutiert – bis hin zu gespenstischer Angst vor Nebenwirkungen. Natürlich gibt es tragische Einzelfälle und deshalb sprechen wir unsere Impfpfhlung auch nicht leichtfertig aus. Aber wir sprechen sie mit bestem Wissen und Gewissen aus.

Forschende – auch am UKE – haben die wichtigen Impfwirkungen intensiv erforscht. Ihr klarer Konsens: Pro Impfung! Impfungen sind ein Meilenstein unserer Gesellschaft. Denn je mehr Menschen sich impfen lassen, desto schlechter können sich Erreger verbreiten. Und desto schneller verliert das Impf-Gespenst seinen Schrecken.

Forschung und Beratung

Für uns ist nur eines entscheidend:
Wir wollen – wie Sie – das Beste für SIE
und Ihr Kind.



Nicht erst seit der weltweiten COVID-Pandemie wissen wir, wie gefährlich das Auftreten eines neuen Erregers ist. Durch den Klimawandel sehen wir uns neuen Risiken gegenüber, etwa den Stechmücken, die Krankheiten nach Europa bringen können. Deshalb steht unsere Forschung niemals still.



Wir sind ständig dabei, weiter an Impfungen während der Schwangerschaft zu forschen, um Mutter und Kind auch in Zukunft zu schützen. Die aktuellen wissenschaftlichen Erkenntnisse fließen in unsere Beratungsangebote für schwangere Frauen ein. Wir können Sie nur ermutigen: Entscheiden Sie nicht allein. Nutzen Sie die kostenlose Impfberatung am UKE.

Eine gute Entscheidung haben Sie bereits getroffen: sich zu informieren!

Weitere Informationen und Quellen zum Thema Infektionsvermeidung finden Sie unter nebenstehendem QR Code.

Terminvereinbarung zur Impfberatung
impfen.und.schwangerschaft@uke.de



[uke.de/
infothek-
geburtshilfe](https://uke.de/infothek-geburtshilfe)



Impressum

Idee und Konzept

Isabel Graf

Prof. Dr. med. Petra Arck

Prof. Dr. med. Anke Diemert

Text

Walter Plötz

Illustrationen

Björn von Schlippe

Layout

Detlev Riller

Förderung

Die Erstellung dieser Informationsbroschüre wurde gefördert durch die Calls for Transfer (C4T) Initiative, ein Projekt der Hamburg Innovation GmbH, finanziert durch die Behörde für Wissenschaft, Forschung, Gleichstellung und Bezirke der Freien und Hansestadt Hamburg.
(www.hamburginnovation.de)

Herausgeber

Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf (UKE)
Zentrum für Geburtshilfe, Kinder- und Jugendmedizin
Martinstraße 52, 20246 Hamburg

Wir hoffen, dass wir Ihnen bei Ihrer
Impfentscheidung helfen konnten.

