

Zeitschrift: Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung
Herausgeber: Pro Senectute Schweiz
Band: 68 (1990)
Heft: 3

Artikel: Impfungen - auch im Alter nötig
Autor: [s.n.]
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-723846>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 19.01.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

Impfungen – auch im Alter nötig

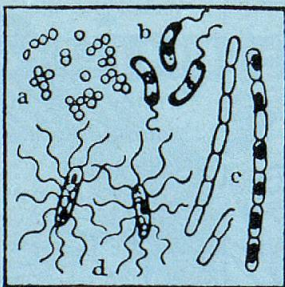
Da mit zunehmendem Alter die Leistung des Abwehrsystems nachlässt, können Krankheiten, welche in jüngeren Jahren leichter verlaufen, beim älteren Menschen zu Komplikationen führen. Impfungen und Prophylaxe sind deshalb auch im Alter wichtig. Insbesondere bei Ferienreisen oder längeren Aufenthalten in tropischen oder subtropischen Ländern, wo hygienische und sanitärische Einrichtungen oft mangelhaft sind, ist ein umfassender Impfschutz nötig.



Virus

(lat. Gift, giftiger Schleim) ist die Bezeichnung für den kleinsten bekannten «Organismus», der nicht mehr alle Eigenschaften des Lebens aufweist. Die Herkunft ist unbekannt, man vermutet Entwicklung

aus Kern- oder Chromosomenbruchstücken oder sehr degenerierte Parasiten. Es gibt stäbchenförmige, kugelige, mehreckige oder in Kopf- und Schwanzteil gegliederte Viren.



Bakterien

sind einzellige, nur mit dem Mikroskop sichtbare Lebewesen in Kugel-, Stäbchen- oder Schraubenform, die überall vorkommen. Die Bakterien-Zelle besitzt in den bekannten Fällen nur ein einziges, ringförmig geschlossenes Chromosom (in Zellkernen vorhandene Struktur, Träger der Gene).

Allgemeine Empfehlungen

Grippe (Influenza)

Diese Virus-Infektion kann in eine gefährliche Krankheit ausarten, wenn sich Lungenentzündung, Bronchitis oder andere Erkrankungen hinzugesellen. Eine Grippeimpfung ist besonders zu empfehlen für Personen, die über 60 Jahre alt sind, für Personen mit Atemwegserkrankungen, für Herz- und Kreislauferkrankungen und für Stoffwechselkranke und Diabetiker.

Die Schutzwirkung tritt nach 8 bis 10 Tagen ein und dauert rund ein Jahr. Regelmässiges Nachimpfen zu Beginn des nächsten Winters ist jedoch nötig, um den bestmöglichen Schutz zu erhalten.

Wundstarrkrampf (Tetanus)

Schon eine kleine Verletzung mit einem rostigen Nagel oder bei der Gartenarbeit kann eine Infektion herbeiführen. Verursacher des lebensgefährlichen Wundstarrkrampfes sind Bakterien. Die in der Regel gut vertragliche Tetanus-Impfung wird jedermann alle 10 Jahre empfohlen, bei einer Verletzung entsprechend früher.

Kinderlähmung (Poliomyelitis)

Die Kinderlähmung ist eine akute und schwere Infektionskrankheit, die zu Entzündungen im Gehirn und Rückenmark sowie zu Lähmungen führen kann. Verursacher ist das Polio-Virus. Die Kinderlähmung kann durch eine Schluckimpfung verhindert werden. Dies wird besonders im Kindes- und Jugendalter empfohlen.

Bei Erwachsenen vor allem im Seniorenalter sollte von Fall zu Fall über die Durchführung einer Schluckimpfung entschieden werden. Der Hausarzt, welcher die persönliche Krankengeschichte kennt, kann am besten Pro und Contra abwägen.

Bei Ferienreisen oder längeren Aufenthalten in tropischen oder subtropischen Ländern ist ein umfassender Impfschutz nötig. Foto: Archiv PS



Empfehlungen bei Reisen in tropische und subtropische Gebiete

Bei allen Reisen in tropische und subtropische Gebiete sollte man sich immer über die durchzuführenden Massnahmen von seinem Hausarzt beraten lassen.

Malaria

Die Malaria wird durch das Weibchen der Anopheles-Mücke übertragen. Es sticht meist nachts oder in der Dämmerung. Am besten schützt man sich durch eine medikamentöse Prophylaxe. Die Widerstandsfähigkeit der Malaria-Erreger gegen gewisse Medikamente bedingt jedoch deren sorgfältige Auswahl. Der behandelnde Arzt muss für die Verordnung eines wirksamen Mittels das Reiseland kennen.

Folgende Vorsichtsmassnahmen sind in Risikogebieten empfohlen:

- Wenn immer möglich geeignete Kleider (lange Ärmel, lange Hosen, Strümpfe) tragen
- Die freien Hautstellen mit einem insektenabstossenden Mittel einreiben
- Schlafen unter einem Moskitonetz (ohne Löcher), das allseits unter die Matratze geschlagen wird.

Tuberkulose

Die Tuberkulose wird durch Bakterien verursacht und kann zahlreiche Organe befallen. Reisen in Regionen mit niedrigem hygienischem Standard erhöhen die Infektionsgefahr. Eine Impfung ist nur nötig, wenn der Tuberkulintest negativ ausfällt.

Gelbsucht (Hepatitis)

Die Gelbsucht wird durch Viren ausgelöst und ist übertragbar. Sie ist weltweit verbreitet, tritt jedoch vor allem in Ländern mit mangelhaften

Impfungen dürfen nicht durchgeführt werden

- während akuter Erkrankungen und bedeutenden chronischen Infektionen
- bei schweren Herz-, Leber- und Nierenerkrankungen
- vier Wochen vor und nach operativen Eingriffen

Bei Einnahme eines Medikaments, das die Blutgerinnung hemmt (Antikoagulans), sollte man den Arzt über die Impfabsichten informieren.

Den Impfarzt sollte man über allfällige Krankheiten, Überempfindlichkeiten oder Allergien aufmerksam machen.

Auch durch Nahrungsmittel kann man sich in Gefahrengelieten anstecken: Alle festen Nahrungsmittel sollten deshalb gekocht werden. Ausgenommen von dieser Regel sind nur Früchte, die man selber schälen kann. Foto: Archiv PS



hygienischen Verhältnissen auf. Eine Infektion kann oral (durch infizierte Nahrungsmittel und Getränke - Hepatitis A), parenteral (durch Injektion mit unsteriler Spritze (Drogensüchtige) oder durch unkontrollierte Bluttransfusionen geschehen (Hepatitis B).

Die Krankheit äussert sich unter anderem mit Leberentzündung und einer charakteristischen Gelbfärbung der Haut, der sogenannten Gelbsucht.

Beim Reisen in diese Länder und Kontakten mit der einheimischen Bevölkerung (essen, trinken, wohnen) ist eine Impfung dringend empfohlen (sog. Gammaglobulin). Die Impfung kann kurz vor der Abreise vorgenommen werden, da sie sofort wirksam wird. Sie verhindert die Erkrankung zwar nicht mit absoluter Sicherheit, führt aber im Krankheitsfalle in der Regel mindestens zu einem milderem Verlauf. Der relative Impfschutz hält vier bis fünf Monate an.

Wo kann man sich impfen lassen?

Impfen lassen kann sich bei den meisten Tropenärzten oder beim Hausarzt nach Voranmeldung (ausser gegen Gelbfieber). Nach der ersten Impfung wird ein Impfausweis ausgestellt, der bei jeder weiteren Impfung zur Eintragung mitgebracht werden muss.

Typhus

Typhus kann sich zwar überall einstellen, doch ist das Risiko um so grösser, je schlechter die hygienischen Bedingungen sind. Die Krankheit wird durch eine Salmonellenart (*Salmonella typhi*) hervorgerufen, die durch Nahrungsmittel, Wasser, Milch usw. aufgenommen wird, und beginnt meist mit Mattigkeit, Kopfschmerzen und langsam ansteigendem Fieber, das unter Umständen wochenlang anhalten kann.

Seit einigen Jahren gibt es einen Impfstoff, der eine Schutzrate von 95 Prozent aufweist. Bis zu drei Jahren hält die Schutzwirkung an. Die Impfung wird in Form einer Schluckimpfung verabreicht. Die Kapseln müssen nach Vorschrift des Arztes während drei Tagen eingenommen werden und bis zu ihrem Gebrauch im Kühlschrank aufbewahrt werden.

Gelbfieber

Das Gelbfieber ist eine akute fieberhafte Infektionskrankheit. Das Gelbfiebervirus wird durch Mücken der Gattung *Aedes* übertragen. Eine spezifische Behandlung der Gelbfiebererkrankung ist nicht möglich. Beim Aufenthalt in Endemiegebieten (tropisches Afrika, Südamerika und südliches Mittelamerika) wird die Gelbfieberimpfung – auch wenn sie für die Einreise nicht Voraussetzung ist – dringend empfohlen, da die Hälfte aller an Gelbfieber erkrankten Personen sterben.

Die Schutzwirkung der Impfung tritt nach zehn Tagen ein und dauert rund zehn Jahre.

Cholera

Die Cholera ist eine akute, durch Stäbchenbakterien hervorgerufene Infektionskrankheit. Sie wird durch verschmutztes Trinkwasser oder durch Nahrungsmittel übertragen und befällt den Dünndarm. Sehr starke Durchfälle und damit verbundener grosser Flüssigkeitsverlust sind die Folgen davon.

Die Sterblichkeit ist bei Nichtbehandlung sehr gross (50 bis 70 Prozent). Das Risiko, in Gefahrengebieten von Cholera befallen zu werden, ist jedoch ziemlich gering, wenn folgende Vorsichtsmassnahmen getroffen werden:

- Kein Wasser trinken, von dem man die Quelle nicht kennt.
- Keine festen ungekochten Nahrungsmittel geniessen (Ausnahme: Früchte, die man selber schälen kann).
- Alle Getränke vermeiden, die Eiswürfel enthalten.

Keine Saunabesuche und Sonnenbäder

In den ersten Tagen nach einer Impfung sollte man von Saunabesuchen und intensiven Sonnenbädern absehen und auf den Genuss von Alkohol verzichten. Mögliche Nebenwirkungen könnten sonst verstärkt werden.

Leidet man dennoch an Durchfällen, sollte man die Nahrungsaufnahme weitgehend einstellen. Zwieback für ein bis zwei Tage genügt vollauf, hingegen muss auf ausreichende Flüssigkeitszufuhr geachtet werden. Sollte sich der Zustand verschlechtern oder länger als zwei Tage anhalten, sollte man unbedingt einen Arzt aufsuchen. Die Cholera-Impfung hingegen ist nur nötig, wenn die Einreisebehörden des besuchten Landes dies fordern. Der Schutz ist relativ gering (etwa 40 bis 50 Prozent) und setzt sechs Tage nach erfolgter Impfung ein und muss nach sechs Monaten bereits wiederholt werden.

FdW

Der Pionier der zuckerlosen Kaugummis wurde ursprüng-

lich für die amerikanische Raumfahrt entwickelt. Anfänglich nur in Apotheken und Drogerien erhältlich, ist er heute überall im Handel vertreten. Mit einem Marktanteil von rund 50% zählt er zu den meistgekauften zuckerlosen

Kaugummis.

