

CED und Impfungen

Ratgeber für Patienten mit Morbus Crohn
und Colitis ulcerosa



In Zusammenarbeit mit Schweizer IBD
Pflegefachkräften entwickelt



Liebe Patientin/ Lieber Patient,

Im Verlauf der chronisch entzündlichen Darmerkrankung (CED) benötigt die Mehrheit der Patienten eine langfristige immunsuppressive Therapie. Dadurch sind diese Patienten einem erhöhten Risiko für Infektionskrankheiten ausgesetzt, von denen viele durch Impfung verhindert werden können. Die Hauptgründe weshalb die Zahl an geimpften CED Patienten heute sehr tief ist, sind vor allem fehlendes Bewusstsein als auch Besorgnis über mögliche Nebenwirkungen.

Diese Broschüre soll dir einen Überblick über die **Wichtigkeit von Impfungen** bei CED Patienten, als auch eine Übersicht der empfohlenen Impfungen geben. Beim Impfschutz geht es einerseits um die hausärztliche Überprüfung und ggf. Auffrischung der Standardimpfungen (z.B. Tetanus), die in einem Impfpass eingetragen sind. Hinzu kommen aber auch, je nach Destination und Jahreszeit, spezielle Reiseimpfungen.

Unser Ziel ist es, dein Bewusstsein für die Bedeutung von Impfungen zu schärfen.

Wir wünschen dir alles Gute!



PD Dr. med. Christine Manser
Leitende Ärztin Gastroenterologie, Kantonsspital Frauenfeld

Impfen bei CED – weshalb ist das wichtig?

Wenn du mit einer **chronisch entzündlichen Darmerkrankung (CED)** lebst, ist das Thema Impfen interessant für dich. Denn deine Darmkrankheit und auch manche Medikamente, die der Arzt zur Behandlung der CED verschreibt, können dich anfälliger für Infekte machen. Du kannst dich aber vor einer ganzen Reihe von Infektionskrankheiten schützen, indem du dich impfen lässt.

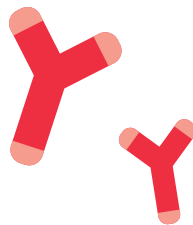
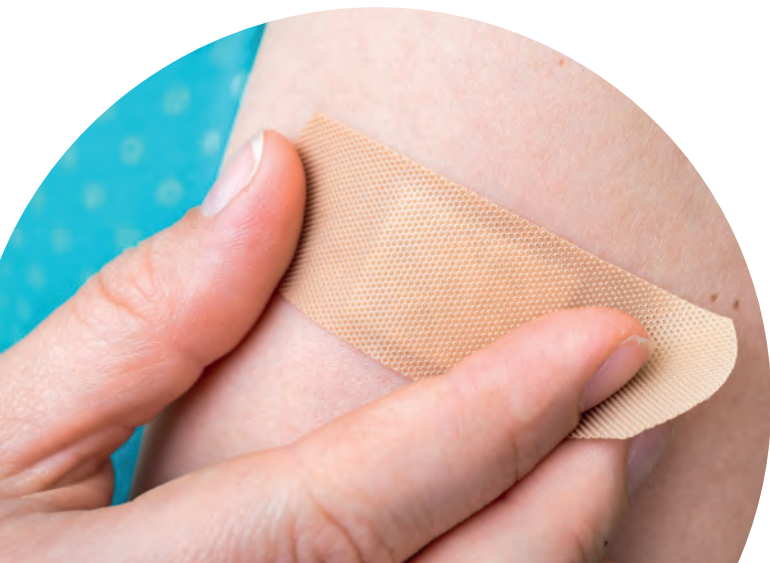


- Nimm deinen Impfausweis zum nächsten Arzttermin mit und lass überprüfen, ob du alle empfohlenen Impfungen hast.
- Falls bei dir erst kürzlich eine CED diagnostiziert wurde, sprich mit deinem Arzt unbedingt auch über Impfungen.
- Sollten dir Impfungen fehlen, lass sie möglichst vor Beginn einer immunsuppressiven Therapie nachholen!

Warum überhaupt impfen?

Unser Immunsystem (Abwehrsystem) ist enorm lernfähig: Wird es mit Krankheitserregern konfrontiert, bildet es **Antikörper**, um beim nächsten Kontakt mit den Eindringlingen sofort abwehrbereit zu sein. Ausserdem bildet unser Immunsystem «Gedächtniszellen», die Erreger auch noch Jahre später erkennen und dann rasch bekämpfen.

Diese Lernfähigkeit des Abwehrsystems macht man sich beim Impfen zunutze: Der Arzt schleust abgeschwächte oder abgetötete Erreger in unseren Körper ein, die zwar keine Infektion auslösen, aber unser Immunsystem dazu anregen, schon mal Abwehrmassnahmen gegen den jeweiligen Keim zu bilden. **Kommen wir später mit diesem Erreger in Kontakt, bleibt uns eine Erkrankung erspart.**



Welche Impfstoffe gibt es?



Es stehen verschiedene Impfstoffarten zur Verfügung:

- **Totimpfstoffe (inaktivierte Impfstoffe)** enthalten abgetötete Krankheitserreger, die sich nicht mehr vermehren können, oder nur Bestandteile dieser Keime. Sie regen das körpereigene Immunsystem zur Bildung von Antikörpern an, ohne dass die jeweilige Erkrankung ausbricht. Totimpfstoffe gibt es beispielsweise gegen Kinderlähmung und Keuchhusten.
- **Lebendimpfstoffe** enthalten geringe Mengen an noch vermehrungsfähigen, aber stark abgeschwächten Krankheitserregern. In der Regel lösen sie die Erkrankung selbst nicht aus – in seltenen Fällen kann es aber zu einer leichten «Impfkrankheit» kommen, z.B. zu einem Hautausschlag nach einer Masernimpfung. Lebendimpfstoffe gibt es ausser gegen Masern auch gegen Mumps, Röteln, Windpocken u.a.



Während einer immunsuppressiven Behandlung werden **Lebendimpfstoffe** nicht empfohlen.

Impfungen mit **Totimpfstoffen** sind dagegen meist auch während einer immunsuppressiven Therapie möglich. Allerdings kann es sein, dass CED-Medikamente die Bildung von schützenden Antikörpern etwas bremsen.

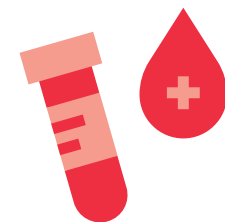


Impfen bei CED – Wie unterstützt mich mein Arzt?

Gerade bei CED solltest du auf einen **guten Impfschutz** achten, weil deine Darmerkrankung und möglicherweise auch deine Medikamente dich infektfälliger machen können. Du musst nicht befürchten, dass Impfungen deine CED verschlimmern oder einen Schub auslösen.

Sobald bei dir eine CED diagnostiziert wurde, sollte dein Arzt (Hausarzt oder Gastroenterologe) deinen Impfausweis kontrollieren und fehlende Impfungen nachholen. Zusätzlich sollte er überprüfen, ob du gut vor Masern und Windpocken (Varicellen) geschützt bist. Dazu nimmt der Arzt dir eine kleine Menge Blut ab und lässt im Labor untersuchen, ob du genügend Antikörper gegen diese Erreger im Blut hast.

Wenn du eine (Fern-)Reise planst, solltest du mit deinem Arzt rechtzeitig über eine Auffrischung der Standardimpfungen (z. B. Tetanus) und über erforderliche Reiseimpfungen (z. B. Gelbfieber) sprechen.



Welche Impfungen sind für dich wichtig?

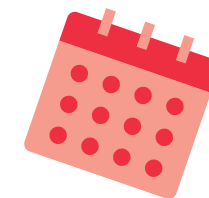
Die **generellen Empfehlungen**, die im aktuellen Schweizerischen Impfplan aufgelistet sind, gelten auch für CED-Betroffene. Dazu zählen u.a. Impfungen gegen Diphtherie, Tetanus, Keuchhusten, Hepatitis B etc. Lass von deinem Arzt überprüfen, ob bei dir alle empfohlenen Basisimpfungen und die erforderlichen Auffrischimpfungen durchgeführt wurden.

Zusätzlich gibt es einige Impfungen, **die speziell für Menschen mit CED** empfohlen werden:

- Jährliche saisonale Grippeimpfung
- Pneumokokken-Impfung
- Impfung gegen Hepatitis B (falls keine entsprechenden Antikörper im Blut vorhanden sind)
- Die Impfung gegen das humane Papillomavirus (HPV) wird für junge CED-Patienten empfohlen.
- Die Herpes-zoster-Impfung wird für Menschen im Alter ab 50 Jahren empfohlen.



Wann ist der richtige Zeitpunkt für Impfungen?



Am besten ist es, wenn du deinen Impfausweis vom Arzt überprüfen lässt, **sobald** bei dir **eine CED diagnostiziert wurde**. Grundsätzlich gilt: Je früher, desto besser. Dann kannst du alle Impfungen, die dir möglicherweise noch fehlen, durchführen lassen, um dich möglichst gut vor den entsprechenden Infektionskrankheiten zu schützen.

Ansonsten empfehlen CED-Experten:

- Impfungen sollten bevorzugt **vor Beginn einer immun-suppressiven Therapie** erfolgen. Ideal ist es, wenn zwischen den Impfungen und dem Start einer immunsuppressiven Behandlung mindestens vier Wochen liegen.
- Falls du bereits immunsuppressiv behandelt wirst, sollten die Impfungen dann verabreicht werden, wenn die immunsuppressive Behandlung in der **niedrigstmöglichen Dosis** erfolgt.
- Impfungen sollten während der **Remission** der CED verabreicht werden (also dann, wenn die Krankheitssymptome nachgelassen haben), weil sie dann besser wirken.

Am besten besprichst du mit deinem Arzt, wann der beste Zeitpunkt für Impfungen ist. Sowohl deine Medikamente als auch dein Gesundheitszustand haben Einfluss darauf, ob du geimpft werden kannst oder nicht.

Was kann dir bei Angst vor Impfungen helfen?

Niemand mag Spritzen. Bei einigen Menschen führt schon der Gedanke an Impfungen zu Stress und Angst. Andererseits: **Impfungen können schwerwiegende Erkrankungen verhindern und sind damit wirklich nützlich und empfehlenswert.**

So gelingt stressarmes Impfen:

- Sag deinem Arzt, dass Impfen für dich Stress bedeutet.
- Angst ist vielschichtig. Je besser dein Arzt weiss, wovor du Angst hast, desto besser kann er auf dich eingehen.
- Setz dich zum Impfen aufrecht hin.
- Falls du beim Impfen schon einmal ohnmächtig geworden bist, lass dich lieber im Liegen impfen.
- Ein einfühlsamer Arzt wird dir ruhig und sachlich erklären, wie geimpft wird oder dir Fragen stellen, die dich von dem Pieks ablenken.
- Durch Atemübungen wie tiefes Durchatmen oder Luft anhalten kannst du dich selbst ablenken.
- Wenn deine Angst vor Spritzen sehr gross ist, sprich vorab mit deinem Arzt darüber. Vielleicht kann dir ein Schmerzpflaster helfen, das allerdings 30 bis 60 Minuten vor der Impfung auf die Haut aufgebracht werden muss.



Ist ein elektronischer Impfausweis sinnvoll?

Wo ist bloss mein Impfausweis? Man kann viel Zeit mit der Suche nach dem wichtigen Papier-Dokument verbringen. Vielleicht ist es hilfreich für dich, einen elektronischen Impfausweis zu erstellen.

Ein elektronisches Impfausweis-Konto kannst du hier kostenlos einrichten: www.meineimpfungen.ch



Das Wichtigste auf einen Blick

- Menschen mit CED sind oft anfälliger für Infektionen.
- Impfungen können vor verschiedenen Infektionskrankheiten schützen, daher sind sie **bei CED besonders wichtig.**
- Ideal ist es, wenn die empfohlenen Impfungen vor Beginn einer Immunsuppression durchgeführt wurden.
- Fehlen dir noch Impfungen? **Nimm deinen Impfausweis zum Arzt mit und lass dich beraten.**



Weitere Informationen zu Morbus Crohn und Colitis ulcerosa findest Du auch hier:

www.mein-leben-mit-ced.ch

www.ma-vie-avec-mici.ch

www.la-mia-vita-con-ibd.ch

© 2021 Takeda Pharma AG
Thurgauerstrasse 130 · 8152 Glattpark (Opfikon)

Diese Broschüre kann nicht die professionelle Beratung durch deinen Arzt ersetzen. Solltest du weitere Informationen wünschen oder Fragen haben, wende dich bitte an deinen Arzt.

