

Gut geschützt durch die Grippezeit: Individuelle Beratung in der Arztpraxis schafft Sicherheit

Kiel/Bad Segeberg, 08. Oktober 2026 – Zum Start der Grippezeit rufen Gesundheitsministerin Prof. Dr. Kerstin von der Decken und die Kassenärztliche Vereinigung Schleswig-Holstein (KVSH) dazu auf, den eigenen Impfstatus überprüfen zu lassen und empfohlene Schutzimpfungen wahrzunehmen. Die Ministerin und die Vorstandsvorsitzende der KVSH, Dr. Bettina Schultz, gingen heute mit gutem Beispiel voran und ließen sich in der Hausärztlichen Gemeinschaftspraxis Kramkowski + Miklik in Kiel gegen Influenza impfen.

Gesundheitsministerin Kerstin von der Decken betont: „Impfungen gehören zu den wirksamsten Maßnahmen des Gesundheitsschutzes. Nutzen Sie die Impfangebote und kommen Sie gut durch die Grippezeit. Um noch mehr Menschen schützen zu können, ist ein enger Schulterschluss aller am Impfen beteiligten Akteurinnen und Akteure wichtiger denn je. Ärztliche Praxen, Gesundheitsämter und Apotheken tragen mit ihren Angeboten zu einem einfachen Zugang bei. Lassen Sie sich beraten.“

Gerade bei Menschen mit Vorerkrankungen oder einem erhöhten Risiko für schwere Krankheitsverläufe kommt es darauf an, die persönliche gesundheitliche Situation bei der Impfberatung zu berücksichtigen. Dabei kann gleichzeitig geprüft werden, welche Impfungen bereits erfolgt sind und ob Impfungen bestehen.

„Eine Impfung ist mehr als nur ein kurzer Pieks. Ärztinnen und Ärzte kennen die Vorgeschichte ihrer Patientinnen und Patienten, können mögliche Risiken erkennen und individuell einschätzen. Diese medizinische Kompetenz sorgt für die nötige Sicherheit und schafft Vertrauen“, sagte die Vorstandsvorsitzende der KVSH, Dr. Bettina Schultz.

Rund um die Grippezeitimpfung gibt es noch immer viele Missverständnisse und Fehlinformationen. So wird die Grippe häufig mit einer harmlosen Erkältung verwechselt. Dabei kann eine Influenza zu schweren Verläufen und ernsthaften Komplikationen wie Herzmuskelentzündungen führen – insbesondere bei Menschen mit Vorerkrankungen.

Die Ständige Impfkommission (STIKO) empfiehlt die jährliche Grippeimpfung insbesondere für Menschen ab 60 Jahren, Schwangere ab dem vierten Schwangerschaftsmonat sowie für Kinder ab sechs Monaten, Jugendliche und Erwachsene mit bestimmten Grunderkrankungen und einem dadurch erhöhten gesundheitlichen Risiko. Die Empfehlung gilt außerdem für Bewohnerinnen und Bewohner von Pflegeeinrichtungen, medizinisches Personal und andere Personen mit einem erhöhten beruflichen Risiko sowie für Menschen, die engen Kontakt zu besonders gefährdeten Personen haben. Auch wer nicht zu einer Risikogruppe gehört, kann sich gegen Grippe impfen lassen. Ob eine Impfung sinnvoll ist, sollten Patientinnen und Patienten mit ihrer Ärztin oder ihrem Arzt besprechen.

Da sich die zirkulierenden Grippeviren verändern, werden die Impfstoffe jährlich angepasst. Zudem lässt der Impfschutz nach einigen Monaten nach. Deshalb sollte die Grippeimpfung jedes Jahr erneuert werden. Wer sich rechtzeitig impfen lässt, kann das Risiko einer Grippeerkrankung und insbesondere

schwerer Verläufe verringern. Die Grippeimpfung sollte möglichst von Oktober bis Mitte Dezember erfolgen. Der Körper benötigt etwa 10 bis 14 Tage, um den Impfschutz vollständig aufzubauen.

Grippeimpfungen werden nicht nur in Hausarztpraxen angeboten. Je nach Alter und persönlicher Situation können sich Patientinnen und Patienten zum Beispiel auch in kinder- und jugendärztlichen sowie in gynäkologischen Praxen gegen Grippe impfen lassen.

In Schleswig-Holstein lag die Impfquote laut Robert Koch-Institut (RKI) für Menschen ab 60 Jahren in der Saison 2024/25 bei 42,9 Prozent. Damit lag sie zwar über der bundesweiten Impfquote von 34,5 Prozent, aber unter dem Wert der Saison 2023/24 von 47,3 Prozent. Über alle Altersgruppen hinweg ließen sich in der vergangenen Saison 428.968 gesetzlich Versicherte in den schleswig-holsteinischen Arztpraxen gegen Grippe impfen. In der Saison 2023/24 waren es 471.710.

Hilfreiche Informationen zur Grippeimpfung hat das RKI [in einem Faktenblatt](#) zusammengefasst.

Hinweis an die Medien: Nutzen Sie gern das beigefügte Foto, BU: Schleswig-Holsteins Gesundheitsministerin von der Decken ließ sich gleich zu Beginn der Infektsaison gegen Grippe impfen.
Foto: Nikolaus Schmidt