



© Bettina Gärtner

## Schon Impftermin vereinbart? Menschen mit Diabetes gegen Grippe, Corona und Gürtelrose immunisieren

Menschen mit Diabetes mellitus haben ein höheres Risiko für bestimmte Infektionen und schwere Krankheitsverläufe. Dazu zählen unter anderem Influenza-Grippe, COVID-19 und Gürtelrose. Die Ständige Impfkommission des Robert-Koch-Instituts (STIKO) empfiehlt Menschen mit Diabetes mellitus, sich jährlich gegen Grippe und COVID-19 impfen zu lassen. Ab einem Alter von 50 Jahren wird ihnen auch eine Impfung gegen Herpes zoster empfohlen. diabetesDE – Deutsche Diabetes-Hilfe rät, dafür jetzt im Herbst einen Termin mit dem behandelnden diabetologischen Team oder der Hausarztpraxis zu vereinbaren. „Warum sich Menschen mit einer chronischen Grunderkrankung wie Diabetes mellitus häufiger mit Influenza, COVID-19 oder Gürtelrose infizieren, hat nicht nur mit dem Diabetes zu tun: Viele von ihnen leben zusätzlich mit Adipositas oder Herz-Kreislauf-Erkrankungen. Diese Faktoren steigern das Infektionsrisiko zusätzlich und erhöhen leider auch das Risiko für schwere Krankheitsverläufe“, erklärt Professor Dr. med. Thomas Haak, Vorstandsmitglied von diabetesDE – Deutsche Diabetes-Hilfe und Chefarzt am Diabetes Zentrum Mergentheim.

## Grippe- und Coronaimpfungen senken das Risiko für schwere Verläufe

Die Ständige Impfkommission (STIKO) empfiehlt Menschen mit Diabetes mellitus, sich gegen Grippe und COVID-19 jährlich impfen zu lassen, da sich die Influenza- und Corona-Viren verändern. Professor Haak erklärt: „Auch wenn dies keinen hundertprozentigen Schutz bietet: Studien zeigen, dass die Impfungen das Risiko für Krankenhausaufenthalte und Todesfälle bei Diabetes-Patienten deutlich senken können.“ Außerdem verringern sie die Wahrscheinlichkeit für potenziell damit einhergehende Herzprobleme oder Lungenentzündungen.

## Auch Risiko für Gürtelrose ist bei Diabetes erhöht

Menschen mit Diabetes Typ 1 und Typ 2 haben im Vergleich zu Stoffwechselgesunden ein um 20 Prozent höheres Risiko, an Gürtelrose zu erkranken. „Herpes zoster kann mit starken Nervenschmer-

zen, einer sogenannten postherpetischen Neuropathie, einhergehen und mit einer sehr langwierigen Behandlung verbunden sein“, sagt Professor Haak. Ab einem Alter von 50 Jahren sollten sich Menschen mit Diabetes auch dagegen impfen lassen: Die Gürtelrose-Impfung muss zweimal im Abstand von 2 bis 6 Monaten zwischen den beiden Terminen erfolgen, um den Schutz aufzubauen. Die STIKO rät hier zur Impfung mit einem speziellen Totimpfstoff. Umgekehrt gilt: „Wer plötzlich an Gürtelrose erkrankt, könnte auch schon länger einen bislang unentdeckten Diabetes Typ 2 aufweisen“, so Professor Haak. Bei Menschen mit chronischen Erkrankungen trägt die Krankenkasse die Kosten für die Immunisierungen.

[COVID-19 und Impfen: Antworten auf häufig gestellte Fragen](#)



[Gürtelrose \(Herpes zoster\): Antworten auf häufig gestellte Fragen zu Erkrankung und Impfung](#)



Quelle: diabetesDE

## Beeinflussen Risikofaktoren während der Kindheit das spätere Herz-Kreislauf-Risiko?

Herz-Kreislauf-Erkrankungen stellen in Deutschland die häufigste Todesursache dar. Forschende sind nun der Frage nachgegangen, ob sich bereits im Kindes- und Jugendalter auftretende Risikofaktoren wie Übergewicht, Bluthochdruck und erhöhte Blutfettwerte auf das Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen im Erwachsenenalter auswirken.

## Risikofaktoren für Herz-Kreislauf-Erkrankungen

Das Risiko, eine Herz-Kreislauf-Erkrankung zu entwickeln, ist von vielen verschiedenen Faktoren abhängig. Dabei unterscheidet man zwischen beeinflussbaren und nicht-beeinflussbaren Risikofaktoren. Zum Beispiel kann durch einen gesundheitsförderlichen Lebensstil mit viel Bewegung und einer ausgewogenen Ernährung

das individuelle Risiko gesenkt werden. Andere Risikofaktoren wie das Alter oder die familiäre Vorbelastung lassen sich hingegen nicht beeinflussen. Im Rahmen der vorliegenden Analyse werteten Forschende die Daten von über 10.000 Teilnehmenden aus mehreren Beobachtungsstudien aus. Bei den Teilnehmenden wurden folgende Risikofaktoren sowohl aus ihrer Kindheit als auch aus ihrem Erwachsenenalter (Durchschnittsalter 13 und 32 Jahre) erfasst: Body-Mass-Index (BMI), Blutdruck, Blutfette, Rauchen Während der Nachbeobachtungszeit entwickelten rund 520 Teilnehmende im mittleren Alter von 49 Jahren eine Herz-Kreislauf-Erkrankung wie Herzinfarkt, Schlaganfall, Angina pectoris oder Herzinsuffizienz.

Die Ergebnisse verdeutlichen die Relevanz eines gesundheitsförderlichen Lebensstils von der Kindheit an. Um nicht-übertragbare Erkrankungen wie Herz-Kreislauf-Erkrankungen und Typ-2-Diabetes im Erwachsenenalter vorzubeugen, ist es wichtig, frühzeitig die Grundlagen für einen gesunden Lebensstil zu legen.

Quelle: diabinfo.de

## Online-Veranstaltungen diabinfo im Dialog

### Diabetes und Herz-Kreislauf-Erkrankungen – die Psyche nicht außer Acht lassen

21. Oktober 2024  
16.00 - 17.30 Uhr

Registrieren Sie sich hier für die kostenfreie Veranstaltung:

[diabinfo im Dialog – digitales Patientenforum Diabetes](#)





## Patientenforum - Leben mit Diabetes

Diabetes ist eine Herausforderung, welche viele Aspekte des Lebens beeinflusst. Wir bieten Ihnen die Möglichkeit, mehr über den Umgang mit der Krankheit zu erfahren, sich mit Experten auszutauschen und andere Betroffene kennenzulernen



### Was erwartet Sie?

- Informative Vorträge von Spezialisten
- Workshops
- Gesundheitschecks
- Austausch mit anderen Patienten
- Snacks und Getränke sowie Eintritt kostenfrei

#### Weitere Informationen:

Zentrum für Innere Medizin II

Susan Schubert

Tel.: 0371/333-33232, mail: s.schubert@skc.de



**KLINIKUM CHEMNITZ** gGmbH

Krankenhaus der Maximalversorgung  
Medizinisches Zentrum der Technischen Universität Dresden  
Akademisches Lehrkrankenhaus der Universitäten Leipzig und Dresden

#### Wann?

19.10.2024

09:30 bis 14:30 Uhr

#### Wo?

Flemmingstraße 4,  
09116 Chemnitz

### Presseschau

Die Originalartikel erreichen Sie über Klick auf die Internetseiten oder via QR-Code-Scan mit Ihrem Smartphone oder Tablet.

Tipps, wie das Gespräch mit dem Arzt gelingt

[www.stiftung-gesundheitswissen.de](http://www.stiftung-gesundheitswissen.de)



Erkältungszeit gestartet! Was Ihr Immunsystem jetzt braucht, um Sie zu schützen

[www.focus.de](http://www.focus.de)



Trotz ausreichend Schlaf Acht Gründe, warum Sie ständig müde sind

[www.focus.de](http://www.focus.de)



Behandlung von chronischen Nierenerkrankungen bei Diabetes Typ 2 durch Semaglutid?

[www.diabinfo.de](http://www.diabinfo.de)



Neue Arzneimittel: Schnelle Hilfe bei Unterzuckerung wird einfacher

[www.diabetes-news.de](http://www.diabetes-news.de)



## Blinden- und Sehbehindertenverband Sachsen e. V. (BSVS)

**Der BSVS Gesundheitstag 2024:  
Augenmerk auf Prävention und Rehabilitation**

**Vorträge -Beratung -Hilfsmittel -Austausch**

**Wann?** 26.10.2024, 09-16 Uhr

**Wo?** Deutsches Hygiene-Museum Dresden

Alle Informationen inklusive vollständigem Programm finden Sie im Internet unter der Webadresse:

[https://www.bsv-sachsen.de/WP\\_2015/gesundheitstag2024](https://www.bsv-sachsen.de/WP_2015/gesundheitstag2024)



**23. Dresdner Insulinpumpentag**

[www.diabetikerbund-sachsen.de](http://www.diabetikerbund-sachsen.de)



**Der DDB braucht dich! Mach mit!**

[www.diabetikerbund-sachsen.de/waskoennensietun/](http://www.diabetikerbund-sachsen.de/waskoennensietun/)



**Newsletteranmeldung:**

[www.diabetes-netzwerk-sachsen.de/nla](http://www.diabetes-netzwerk-sachsen.de/nla)

