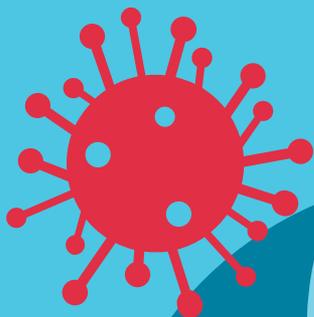
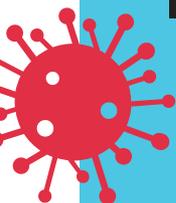


NICOLA KUHRT | DR. MED. JAN OUDE-AOST |
PROF. DR. CORNELIA BETSCH

FAKTEN-CHECK IMPFFEN

—
Pro & Contra auf den
Grund gegangen

Mit einem
Vorwort von
**Eckart von
Hirschhausen**



G|U

WARUM IMPFEN?



Wie stehen Sie zum Impfen: Halten Sie es für wichtig und selbstverständlich, sind Sie darüber eher geteilter Meinung oder haben Sie Ängste und Vorbehalte? Dieses Buch will Vorinformierte und Verunsicherte, Menschen mit Fragen und Zweifeln, Eltern und Großeltern dabei unterstützen, einen klaren und fundierten Standpunkt zum Thema zu finden.

Die Medizinjournalistin Nicola Kuhrt, die Psychologin Cornelia Betsch und der Facharzt Jan Oude-Aost klären auf, ohne zu belehren. Sie erläutern sachlich und ausgewogen alle wesentlichen Pros und Contras in Sachen Impfen, beleuchten auch die emotionale und soziale Seite des Themas und helfen Ihnen, Falschinformationen und Verschwörungstheorien als solche zu erkennen und sich dagegen zu wehren. Unterstützend steht dem Autorenteam ein fachlicher Beirat von Experten aus den Bereichen Medizin, Epidemiologie und Psychologie zur Seite.

INHALT

Vorwort von Eckart von Hirschhausen	6	<i>Mumps (Ziegenpeter)</i>	25
		<i>Pneumokokken</i>	25
		<i>Röteln</i>	25
Impfen – das sollten Sie wissen	9	<i>Rotaviren</i>	26
Drei gute Gründe	10	<i>Windpocken (Varizellen)</i>	26
Impfen ist effektiv	10	<i>Wundstarrkrampf (Tetanus)</i>	27
Impfen ist sozial	12	Wann ist welche Impfung fällig?	27
Impfen ist ein Recht – und eine Verantwortung	14	Der Impfkalender	28
Was uns Corona gelehrt hat	15	Was Sie und Ihr Kind beim Impfen erwartet	35
Extra: Interview mit einer Impfstoffforscherin	17	Kinder schmerz- und stressarm impfen	35
Was – wann – für wen?	19	Extra: Interview mit einer Kinderärztin	36
Gegen welche Krankheiten gibt es eine Impfung?	19	<i>Nähe und Ablenkung helfen</i>	38
<i>Diphtherie</i>	19	<i>Medikamente gegen Schmerzen</i>	39
<i>Frühsummer-Meningo-enzephalitis (FSME)</i>	19	<i>Beziehen Sie Ihr Kind in die Vorbereitung ein</i>	39
Extra: Mahlers Kindertotlieder	20	Wenn Impfreaktionen auftreten	40
<i>Gürtelrose (Herpes Zoster)</i>	21	<i>Womit zu rechnen und was zu tun ist</i>	40
<i>Haemophilus influenzae Typ b (Hib)</i>	21	<i>Bei Fieber und heftigen Reaktionen</i>	41
<i>Hepatitis B</i>	21	Extra: Checkliste für die ideale Vorbereitung	42
<i>Humane Papillomviren</i>	21	Nicht geimpft – was nun?	43
<i>Keuchhusten (Pertussis)</i>	22	Wann Impfen nicht möglich ist	43
<i>Kinderlähmung (Polio, Poliomyelitis)</i>	23		
<i>Masern</i>	23		
<i>Meningokokken B und C</i>	24		

Was Ungeimpfte beachten sollten	45	<i>Eine Impfung schlecht vertragen</i>	62
Mögliche Symptome	46	<i>Allergien</i>	62
Wirkung und Sicherheit	49	<i>Ohnmacht</i>	63
Impfstoffe und ihre Wirkung im Immunsystem	50	<i>Todesfälle</i>	64
Wie funktioniert eine Impfung?.....	50	<i>Impfschäden</i>	65
<i>Lebendimpfstoffe</i>	51	Jeder Verdacht muss gemeldet werden	66
<i>Totimpfstoffe oder inaktivierte Impfstoffe</i>	52	Impfmüdigkeit.....	67
<i>Vektorbasierte Impfstoffe</i>	52	Wie viele Menschen geimpft sind	68
<i>Genbasierte Impfstoffe</i>	52	Warum nicht alle geimpft sind	68
<i>Aktive und passive Immunisierung</i>	53	<i>Wie groß ist das Vertrauen?</i>	69
<i>Kombinationsimpfstoffe</i>	54	<i>Ist Impfen überflüssig?</i>	70
Wie werden Impfstoffe entwickelt?	54	<i>Geht es nicht auch einfacher?</i>	71
<i>Suche nach Antigenen</i>	55	<i>Welchen Informationen kann man glauben?</i>	72
<i>Testung in drei Phasen</i>	55	<i>Kommt es auf Einzelne an?</i>	72
Was ist in Impfstoffen drin?.....	57	Das Impfnetz	73
<i>Adjuvanzien</i>	57	Wer ist die STIKO?	74
<i>Begleitstoffe</i>	57	Extra: Interview mit dem STIKO-Vorsitzenden.....	75
Ist Impfen sicher?	58	Sind nicht empfohlene Impfungen gefährlich?	77
Sehr geringe Risiken	58	Andere Länder, andere Sitten.....	78
Impfreaktionen und Nebenwirkungen	60	Die Masern-Impfpflicht.....	80
		Masern kann man ausrotten.....	80

INHALT

<i>Warum muss zweimal geimpft werden?</i>	82
Extra: Interview mit einer Seuchendetektivin	83
Was die Impfpflicht bedeutet.....	84
Der Mythen-Kompass.....	87
Impfmythen entzaubert	88
Sind ungeimpfte Kinder gesünder?	88
Extra: Jan und die Masern ...	89
Fehlen vergleichende Studien über geimpfte und ungeimpfte Kinder?	90
Sind Impfungen unwirksam? ..	92
<i>Rückgang der Todesfälle vor Einführung der Impfung</i>	93
<i>Krank trotz Impfung</i>	94
Ist bessere Hygiene nicht wichtiger?	95
<i>Beispiel Polio</i>	96
Dienen Impfungen dem Profit der Industrie?	96
Sind Placebostudien für die Impfstoffentwicklung verzichtbar?.....	98
Überfordern Impfungen das Immunsystem?	99
Sind Kinderkrankheiten nicht sogar nützlich?	102
Ist Fieber nicht eher gesund?	103
Ist Stillen genauso gut wie Impfen?.....	104
Was ist mit den Inhaltsstoffen?.....	104
<i>Thiomersal – eine gesundheitsgefährdende Quecksilberverbindung?</i>	105
<i>Formaldehyd</i>	108
<i>Aluminium</i>	109
Hängen bestimmte Erkrankungen mit Impfungen zusammen?	111
<i>Können Impfungen Allergien auslösen?</i>	112
<i>Sind Impfungen an chronischen Erkrankungen schuld?</i>	112
<i>Verursachen Impfungen Krebs?</i>	113
Gibt es einen Zusammenhang zwischen Impfungen und plötzlichem Kindstod?	114
Haben wir es mit einer STIKO-Verschörung zu tun?	115
<i>Transparenz schafft Vertrauen</i>	115
<i>Kostenübernahme durch Krankenkassen</i>	116
Versucht man mit Impfungen das Bevölkerungswachstum zu kontrollieren?	117
Extra: Vermischung mit rechtem Gedankengut	119
So entstehen Zweifel	121
Wissenschaftsleugnen leicht gemacht	122
Fünf typische Techniken....	123
<i>Unmögliche Erwartungen werden geschürt</i>	123

<i>Falsche Schlussfolgerungen werden gezogen</i>	123	<i>Wissenschaftlicher Konsens</i>	140
<i>Verschwörungstheorien werden verbreitet</i>	123	<i>Eine Balance, die verunsichert</i>	140
<i>Einzelne Puzzlesteine ersetzen das große Ganze</i>	124	<i>Gute von schlechten Gesundheitsinformationen unterscheiden</i>	141
<i>Falsche Experten treten auf</i>	125	Extra: Wie Sie Gesundheitsinformationen im Internet bewerten können	143
<i>Mythen sind klebrig – und wir sind der Kleber</i>	125	Konflikte mit dem Partner oder mit Freunden	144
<i>Geschichten, die sich einprägen</i>	126	<i>Ängste spielen eine Rolle</i>	144
<i>Bestätigung von Gleichgesinnten</i>	128	<i>Was sagt die Rechtslage?</i>	145
<i>Was die Forschung über »Verschwörungstheoretiker« weiß</i>	129	<i>Gemeinsames Sorgerecht</i>	145
<i>Zusammenhänge sehen, wo keine sind</i>	130	<i>Tipps zur Deeskalation eines Impfstreits</i>	146
<i>»Die Studie weist methodische Mängel auf« – eine willkommene Ausrede?</i>	133	Extra: Wenn gar nichts mehr geht, kann Gewaltfreie Kommunikation helfen	148
<i>Was bedeutet »Evidenzgüte«?</i>	134	Wunschzettel	149
<i>Metaanalysen und systematische Reviews</i>	134	Extra: Wissenswertes zur Corona-Impfung	150
<i>Randomisierte, kontrollierte Interventionsstudien</i>	135	Service	
<i>Kohortenstudien</i>	137	<i>Dank</i>	151
<i>Impfen und Allergien: Warum einige Studien einen Zusammenhang zeigen</i>	137	<i>Quellenverzeichnis</i>	152
<i>Vom Schnappschuss zum wahren Effekt</i>	138	<i>Bücher und Adressen, die weiterhelfen</i>	155
<i>Das Schubladen-Problem</i>	139	<i>Links, die weiterhelfen</i>	156
<i>Warum Fernsehdebatten und Co manchmal mehr Schaden als Nutzen bringen</i>	140	<i>Glossar</i>	157
		<i>Register</i>	158
		<i>Impressum</i>	160



Impfen – das sollten Sie wissen

Impfen: Viele tun es einfach, weil der Arzt es empfiehlt oder sie selbst es für selbstverständlich und wichtig halten. Andere zweifeln, suchen Rat und Informationen, wieder andere haben ein mulmiges Gefühl oder lehnen Impfen ganz ab. Und wo stehen Sie? Dieses Buch will und wird unterschiedliche Meinungen nicht werten. Dennoch denken wir, dass je nach bisheriger Erfahrung und Sichtweise bestimmte Informationen besonders nützlich für Sie sein könnten. Daher schlagen wir Ihnen vorab Kapitel vor, die Sie gezielt ansteuern können.

Sie sind bereit: »Ich lasse mich und mein Kind gegen alles, was empfohlen ist, impfen.«

Lesen Sie das Kapitel »Was Sie und Ihr Kind beim Impfen erwartet« (siehe Seite 35 ff.).

Sie zögern: »Ich weiß nicht recht. Ich habe einiges über das Impfen gelesen, das mich verunsichert. Vielleicht werden wir die eine oder andere Impfung verschieben oder auslassen.«

Lesen Sie die Kapitel »Ist Impfen sicher?« (Seite 58 ff.) und »So entstehen Zweifel« (siehe Seite 121 ff.).

Sie lehnen Impfungen ab: »Ich vertraue Impfungen nicht und bin strikt dagegen.«

Lesen Sie das Kapitel »Impfmythen entzaubert« (siehe Seite 88 ff.).

Sie haben noch keine Meinung: »Impfen? Darüber hab ich noch nie nachgedacht!« Oder: »In der Pandemie habe ich viel Seltsames darüber gelesen und weiß jetzt gar nicht mehr, was ich denken soll.«

Lesen Sie die Kapitel »Drei gute Gründe« (siehe Seite 10 ff.) und »Was – wann – für wen?« (siehe Seite 19 ff.).

Info

HERDENIMMUNITÄT IST GEMEINSCHAFTSSCHUTZ

Gemeinschaftsschutz bezeichnet man häufig auch als Herdenimmunität – ein Begriff aus der Tiermedizin, der beschreibt, wie sich etwa in einer Schafsherde die Tiere gegenseitig schützen, wenn sie gegen eine Krankheit immun sind. Aber wer ist schon gerne ein Schaf? Gemeinschaftsschutz drückt aus, was es ist: ein Schutz für die Gemeinschaft, in der jeder für den anderen Verantwortung übernimmt und sich selbst und den anderen schützt.

Impfen ist also auch so etwas wie ein sozialer Vertrag, den wir alle miteinander schließen: Ich lasse mich impfen und du dich. Ich schütze dich, du schützt mich. Und gemeinsam schützen wir die, die sich nicht impfen lassen können. Das funktioniert, wenn viele mitmachen. In der Tat sagen weltweit 92 Prozent der Menschen, dass Impfungen für Kinder wichtig sind, in Asien sind es sogar 98 Prozent, während West- und Osteuropa mit 83 und 80 Prozent das Schlusslicht bilden.

Impfen ist ein Recht – und eine Verantwortung

Kinder haben ein Recht darauf, dass ihnen die bestmögliche Gesundheitsversorgung zugutekommt. Dies wurde 2002 sogar in Artikel 24 der UN-Kinderrechtskonvention in New York festgelegt: Jedes Kind soll ein Recht auf (routinemäßige) Impfungen zur Gewährleistung der Gesundheit haben. Mit diesem Entschluss wird anerkannt, dass Routine-Impfungen notwendig sind, um das Recht des Kindes auf Gesundheit umzusetzen. Doch was wiegt höher? Das Elternrecht oder das

Recht des Kindes auf Gesundheit? Dürfen Eltern ihrem Kind Impfungen auch dann vorenthalten, wenn daraus absehbar im Leben des Kindes Krankheit und in einzelnen Fällen gesundheitliche Schäden bis hin zum Tod resultieren?

In Deutschland ist Impfen – mit Ausnahme der Masern-Impfung – freiwillig. Das wirft in einigen Bereichen auch moralische Fragen auf: Sollte es wirklich die freie Entscheidung einer Ärztin oder eines Pflegers sein, sich impfen zu lassen oder nicht, wenn sie Krebspatienten mit einem schwer eingeschränkten Immunsystem behandeln oder auf einer Neugeborenen-Intensivstation oder in einem Pflegeheim arbeiten? Haben Patienten in einem Krankenhaus oder in einer Arztpraxis nicht das Recht, dass die Menschen dort alles in ihrer Macht Stehende tun, damit sie keine potenziell tödliche Infektion bekommen?

Der Gesetzgeber hat zumindest für Masern entschieden: Wer in diesen medizinischen Bereichen arbeitet, muss gegen Masern geschützt sein, hier gilt die Impfpflicht. Das Masernschutzgesetz sorgte 2019 für viel Diskussion, denn seither ist die Masern-Impfung nicht nur für medizinisches Personal und Personal in Bildungseinrichtungen Pflicht, sondern auch für Kinder. Wir widmen der Impfpflicht in diesem Buch ein ganzes Kapitel (siehe Seite 80 ff.).

Was uns Corona gelehrt hat

Seit 2020 bestimmt das neuartige Coronavirus unser Leben – und als dieses Buch fertig war, war noch nicht klar, wie lange dies so bleiben würde. Das Virus sorgte für Homeoffice, Masken und Abstand. Wir haben unsere Kinder zu Hause unterrichtet, Oma und Opa nur telefonisch kontaktiert. Kleinere Geschäfte sahen sich durch Kundenmangel in ihrer Existenz bedroht oder mussten gar schließen. Und auch nach dem Ende des ersten Lockdowns blieb vieles anders. Das Virus nötigte viele Menschen und Institutionen zu einem Crashkurs in (digitalen)

Info

DIE RÜCKKEHR VON SCHWEREN ERKRANKUNGEN

Wenn Impfungen wirksam sind, bedeutet das auch, dass Erkrankungen wieder zunehmen, wenn weniger geimpft wird. Dies ließ sich nach dem Zusammenbruch der UdSSR beobachten, wo es zuvor staatliche Impfprogramme gegeben hatte. Als diese wegfielen, kam es zu einer explosionsartigen Rückkehr der Diphtherie.

Heute lässt sich in den USA die Rückkehr von Masern beobachten, nachdem dort in einigen Bundesstaaten die Impfquoten, überwiegend durch das Engagement von Impfgegnern, zurückgingen.

Krank trotz Impfung

Leider gibt es keine vollkommene, absolute Wirksamkeit, sodass in sehr seltenen Fällen Menschen auch nach einer Impfung nicht vor einer Infektion mit einem Erreger geschützt sind. Oft verläuft die Erkrankung dann jedoch milder. Eine ausreichend hohe Impfquote schützt jedoch durch den Gemeinschaftsschutz auf jeden Fall die Menschen, bei denen die Impfung versagt.

Als Beleg für einen mangelnden Schutz von Impfungen führen manche Impfgegner einen Masernfall aus New York an. Eine Frau, die als Kind eine Masern-Impfung erhalten hatte, erkrankte dennoch an Masern und steckte vier Personen an, von denen zwei ebenfalls geimpft waren und zwei als Kinder bereits an Masern erkrankt waren. Impfgegner argumentieren daher, dass gegen Masern Geimpfte die Masern sowohl an Ungeimpfte als auch an Geimpfte weitergeben könnten. Das zeige zum einen, dass die Impfung nicht vor Masern schütze und zum anderen, dass Geimpfte die Krankheit weitergeben könnten. Der Fall aus New York wirft also interessante Fragen auf, die eine genauere Be-

trachtung erfordern. Bei der erkrankten Frau ist der Impfschutz über die Jahre abgesunken (das ist für etwa ein Prozent der vollständig Geimpften bekannt). Deshalb ist auch klar, dass sie sich – und andere – mit Masern anstecken konnte. Interessanter sind die vier Menschen, die sich bei der Frau angesteckt hatten. Die zwei geimpften Personen steckten, wie es erwartet werden konnte, niemanden an. Die beiden Ungeimpften ebenfalls nicht.

Das Beispiel aus New York zeigt uns, dass eine Behauptung, die von Impfgegnern immer wieder gegen die Masern-Impfung vorgebracht wird, nicht stimmt: Eine durchgemachte Masernerkrankung böte lebenslangen Schutz. Diese Ansicht ist auch unter vielen Ärzten und Ärztinnen verbreitet. In seltenen Fällen können also Geimpfte genauso an Masern erkranken wie Personen, die diese Krankheit schon einmal durchgemacht haben. Wenn jedoch schon einmal eine Immunität vorhanden war (sei es durch eine Impfung oder eine überstandene Erkrankung), verläuft die Erkrankung mild und die Menschen stecken in der Regel niemanden an.

Ist bessere Hygiene nicht wichtiger?

Die Einführung der Kanalisation, um Verunreinigungen durch Abwasser zu vermeiden, sauberes Trinkwasser, gesunde Lebensmittel – das alles sind Dinge, die unsere Gesundheit verbessert und die Lebenserwartung erhöht haben. Ebenso ein gestiegenes Wissen in Sachen Hygiene und Sauberkeit. Doch ohne Impfungen könnten wir diese angenehmen Lebensbedingungen deutlich weniger genießen, da sich nicht alle Infektionskrankheiten durch ein verbessertes Lebensumfeld verhindern lassen. Belege dafür sehen wir immer dann, wenn in bestimmten Gegenden aus unterschiedlichsten Gründen die Impfraten zurückgehen. Diphtherie und Masern sind Beispiele, die wir in diesem Buch erwähnen (siehe Seite 94 und 103).



So entstehen Zweifel

Eine der Fähigkeiten, die unserer Spezies das Überleben möglich gemacht hat, ist das Erkennen von Mustern und eine schnelle Reaktion darauf. Diese Fähigkeit ist bei Menschen so stark ausgeprägt, dass wir sogar im Chaos Muster erkennen: Wir sehen Tiere und Gesichter in Wolken, Heilige auf Toastbrot und wittern Verschwörungen in zufälligen Ereignissen. In diesem Kapitel zeigen wir, wie Wissenschaftsleugner das ausnutzen, um Zweifel zu säen, und wie soziale und andere Medien dazu beitragen, dass Dinge plausibel erscheinen und Verschwörungstheoretiker eine Bühne bekommen.

Die Techniken, mit denen wissenschaftliche Befunde geleugnet werden, sind in verschiedenen Wissenschaftsbereichen fast immer dieselben – ob es um Impfen, um den Klimawandel oder um das neue Thema Corona geht. Daher reden wir hier auch nicht nur von »Impfgegnern«, sondern allgemein von »Wissenschaftsleugnern«.

Dazu haben wir das Beispiel eines ausgedachten Fernsehabends gewählt: Im TV läuft eine Debatte zum Thema »Wie sicher ist Impfen?«. Ohne zu sehr orakeln zu wollen: Solche Debatten sind in Vielzahl zu erwarten, sobald der Corona-Impfstoff Wirklichkeit wird. Höchste Zeit also, sich zu wappnen! Auf den folgenden Seiten präsentieren wir Ihnen einzelne Ausschnitte aus der fiktiven Sendung – plakativ, drastisch und manchmal bewusst übertrieben! Damit wollen wir den Scheinwerfer auf ganz bestimmte Zusammenhänge und Situationen richten, die immer wieder so oder anders vorkommen und die uns viel verraten über den Teufelskreis von falschen Experten, Fake News, unserer Psyche und unseren Entscheidungen. Bleiben Sie also dran!

ÜBER DIE AUTOREN

Die Medizinjournalistin Nicola Kuhrt, 46, ist Wissenschaftsjournalistin und Co-Gründerin des Online-Magazins MedWatch, das Medizin-Fakes im Netz aufdeckt und darüber berichtet; dafür wurde es mit dem „Bundespreis Verbraucherschutz“ ausgezeichnet. Sie schreibt außerdem für den Stern und die ZEIT. Welche Folgen es haben kann, wenn Menschen das Impfen komplett ablehnen, musste sie bei einer ihrer Recherchen erfahren. Sie lebt mit ihrer Familie in Hamburg.

Dr. med. Jan Oude-Aost, 40, ist Vater und Facharzt für Kinder- und Jugendpsychiatrie und -psychotherapie. Er hat nach einer Ausbildung zum Gesundheits- und Kinderkrankenpfleger in Bremen Medizin studiert und während des Studiums begonnen, sich kritisch mit Pseudomedizin und damit verbundenen Verschwörungsmythen zu beschäftigen. Sein erster Arbeitsplatz in einer Autismus-Ambulanz ließ ihn die Folgen von Verunsicherung rund um Impfungen selbst erleben.

Prof. Dr. Cornelia Betsch, 42, ist Mutter von zwei Teenagern und forscht als Psychologin seit über zehn Jahren zur Psychologie der Impfentscheidung: Was macht uns Angst? Was überzeugt uns? Warum lassen sich Menschen (nicht) impfen? Sie ist Professorin für Gesundheitskommunikation an der Universität Erfurt. Ihre Forschung ist unabhängig finanziert und sie arbeitet im Bereich Impfen und COVID-19 mit nationalen und internationalen Gesundheitsorganisationen zusammen.

IMPFFEN

DER WEGWEISER FÜR EINE GUTE ENTSCHEIDUNG



Impfen ist ein dauerhaft aktuelles und wichtiges Thema. Falschinformationen und Verschwörungstheorien verunsichern viele Menschen stark. Was wir brauchen, sind daher transparente Argumente und Fakten, um eine aufgeklärte und wohlüberlegte Impfentscheidung treffen zu können.

Deshalb finden Sie in diesem Buch:

- Grundlegende Informationen: warum Impfen wichtig und sinnvoll ist, wer wann wogegen geimpft werden sollte und was es für Ungeimpfte zu beachten gilt.
- Wissenswertes über Impfstoffe: wie sie entwickelt werden, wie sicher sie sind, was sie enthalten, wie sie wirken und welche Nebenwirkungen auftreten können.
- Experten-Interviews, die spezielle Aspekte zum Thema Impfen verständlich erläutern.
- Antworten auf Falschinformationen und Einwände, die von Skeptikern häufig gegen das Impfen vorgebracht werden.

Ein verlässlicher Ratgeber für alle, die eine gute Entscheidung für sich selbst oder auch für ihr Kind treffen wollen!

WG 465 Gesundheit
ISBN 978-3-8338-7772-8



9 783833 877728 € 14,99 [D]

www.gu.de