

Influenza – die saisonale Grippe

Krankheitsbild und Präventionsmaßnahmen der Grippe

Oktober 2026



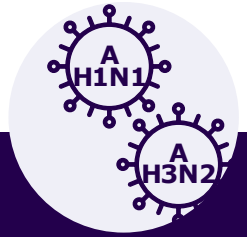
sanofi

Krankheitsbild

Symptome und Komplikationen

Die Grippeviren[1]

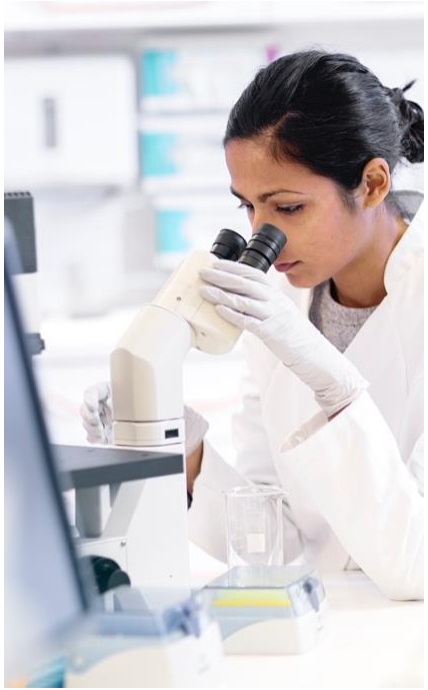
- Es gibt die Grippeviren A, B, C und D
- Für die Verbreitung der Grippe in der Bevölkerung sind jedoch nur die Grippeviren A und B relevant



Die **Grippe-A-Viren** werden in Subtypen eingeteilt. Diese werden klassifiziert nach den Protein-Typen Hämagglutinin (HA) und Neuraminidase (NA).



Die **Grippe-B-Viren** werden in zwei unterschiedliche Linien aufgeteilt: B/Yamagata und B/Victoria. Seit einigen Jahren zirkuliert nur noch die Linie B/Victoria.



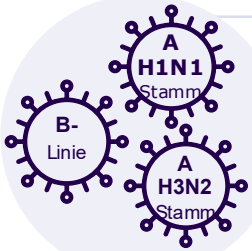
1. Centers for Disease Control and Prevention (CDC). Types of Influenza Viruses. https://www.cdc.gov/flu/about/viruses-types.html?CDC_AAref_Val=https://www.cdc.gov/flu/about/viruses/types.htm (Letzter Abruf: 13.10.2026).

Jeder kann sich mit Grippe anstecken …

… und an andere in seinem Umfeld weitergeben

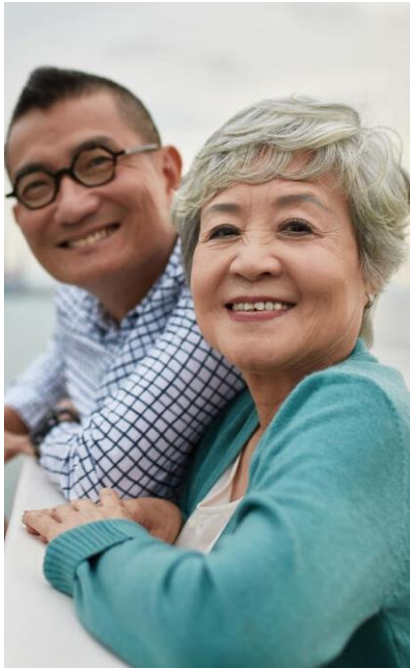
Jeder ist gefährdet, da sich Grippeviren leicht durch Husten, Niesen oder Sprechen ausbreiten[1]

Jedes Jahr werden weltweit **3 bis 5 Millionen Fälle** von schwerer Grippe gemeldet[2]



Welche Grippeviren in der kommenden Saison zirkulieren, ist **kaum vorhersehbar**[3]

Infektionen durch das Coronavirus oder Grippeviren können teilweise ähnliche Symptome zeigen, was die **Wichtigkeit der Testung unterstreicht**[4]



1. Centers for Disease Control and Prevention (CDC). Similarities and Differences between Flu and COVID-19. https://www.cdc.gov/flu/about/flu-vs-covid19.html?CDC_AAref_Val=https://www.cdc.gov/flu/symptoms/flu-vs-covid19.htm (Letzter Abruf: 13.10.2026).
2. World Health Organization (WHO). Influenza (Seasonal). https://www.who.int/en/news-room/fact-sheets/detail/influenza-(seasonal) (Letzter Abruf: 13.10.2026). 3. Dos Santos G et al. Hum Vaccin Immunother. 2016 12(3), 699–708. 4. Centers for Disease Control and Prevention (CDC). Frequently Asked Influenza (Flu) Questions: https://www.cdc.gov/flu/about/flu-vs-covid19.html (Letzter Abruf: 13.10.2026).

sanofi

Menschen mit chronischen Erkrankungen haben ein erhöhtes Erkrankungsrisiko

Menschen mit Diabetes haben eine 2- bis 3-mal höhere Wahrscheinlichkeit, infolge einer Grippe ins Krankenhaus eingewiesen zu werden[1,2]

Einer von fünf **COPD**-Patienten mit Grippe braucht möglicherweise eine Intensivbehandlung[3]

Menschen mit **Herz-Kreislauf-Erkrankungen** haben ein 10-fach höheres Risiko, an Grippe-komplikationen zu sterben[4]

Etwa ein Viertel der Erwachsenen in den USA, die in den letzten Jahren wegen einer Grippe stationär aufgenommen wurden, litten an **Asthma**[5]



Chronische Erkrankungen erhöhen das Risiko einer Krankenhauseinweisung aufgrund einer Grippe um das 3-Fache.[6]

COPD: chronisch obstruktive Lungenerkrankung

1. Allard R et al. Diabetes Care. 2010;33(7):1491–1493. 2. Walker TA et al. J Infect Dis. 2020;221(2),183–190. 3. Mulpuru S et al. Chest. 2019;155(1):69–78. 4. Public Health England (PHE). Influenza: The Green Book, chapter 19. Published September 2013, last updated April 2019. https://www.gov.uk/government/publications/influenza-the-green-book-chapter-19 (Letzter Abruf:13.10.2026). 5. Centers for Disease Control and Prevention (CDC). FluView: Influenza Hospitalization Surveillance Network – Laboratory-Confirmed Influenza Hospitalizations. https://gis.cdc.gov/grasp/fluview/FluHospChars.html (Letzer Abruf: 13.10.2026). 6. Mertz D et al. BMJ. 2013;347:f5061.

Ältere Menschen haben ein höheres Risiko für Grippe-bedingte Komplikationen

Symptome[1,2]
- Kein Fieber oder nur leichte Temperaturerhöhung
- Häufig kein plötzlicher Krankheitsbeginn

Grippebedingte Krankenhaus-aufenthalte 2025/26:[3]
- In der Wintersaison 2025/26 wurden ca. 105.000 SARI*-Fälle mit einer Influenzaerkrankung diagnostiziert

Grippebedingte Todesfälle 2025/26:[3]
- Die meisten Todesfälle betrafen Personen ab 80 Jahren (67%).

Nach einer Grippeerkrankung:
- Ungefähr 3 von 10 Senioren entwickeln eine Lungenentzündung nach der Hospitalisierung[4] und 23% verlieren ihre Eigenständigkeit[5]



Ältere Menschen sind aufgrund altersbedingter Faktoren, die ihre Anfälligkeit für Infektionen und Komplikationen erhöhen, am stärksten durch die Grippe gefährdet.[6,7]

* SARI = Severe Acute Respiratory Infections (Schwere Atemwegsinfektionen). 1. Norman DC. Clin Infect Dis. 2000;31(1):148-51. 2. Cox NJ et al. Lancet 1999;354(9186):1277-82. 3. Robert Koch-Institut. Bericht zu akuten respiratorischen Erkrankungen in der Saison 2025/26, Berlin 2026 | DOI: 10.25646/14398 (Letzter Abruf: 19.10.2026). 4. Schattner A Unexpected Morbidity Following Influenza in Older People: Implications for Vaccination The American Journal of Medicine, 2024; 138, 169-171. 5. Andrew MK, et al. J Am Geriatr Soc. 2021. 6. Gavazzi G und Krause KH. Lancet Infect Dis. 2002;2(11):659-66. 7. Pera A et al. Maturitas. 2015;82(1):50-55.

Schwere Komplikationen bei Menschen jeden Alters möglich

Lungenentzündung, Herzinfarkt und Schlaganfälle können eine Folge sein[1]

Die Grippe erhöht:

das Risiko einer **Lungenentzündung** um das bis zu **100-Fache[2]**

das Risiko eines **Herzinfarkts** um das **10-Fache[3]**

das Risiko eines **Schlaganfalls** um das **8-Fache[3]**



Die Zusammenhänge zwischen Grippe und gesundheitlichen Komplikationen – einschließlich Lungenentzündung, Herzinfarkt und Schlaganfall – werden von der Weltgesundheitsorganisation (WHO) bestätigt.[4,5]

1. Centers for Disease Control and Prevention (CDC). Flu Symptoms & Complications. https://www.cdc.gov/flu/hcp/clinical-signs/index.html (Letzter Abruf: 13.10.2026). 2. Shrestha S et al. Sci Rep. 2015;5:15324. 3. Warren-Gash C et al. Eur Respir J. 2018;51(3):1701794. 4. World Health Organization (WHO). https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/354264/WER9719-eng-fre.pdf?sequence=1 (Letzter Abruf: 23.06.2025). 5. World Health Organization (WHO).Global influenza strategy 2019–2030. https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/311184/9789241515320-eng.pdf?sequence=1&isAllowed=y https://apps.who.int/iris/handle/10665/311184 (Letzter Abruf: 23.06.2025).

sanofi

Hauptursache für Krankenhausaufenthalte und Todesfälle



Jeden Tag werden mehr als **25.000 Menschen** weltweit aufgrund von Grippe ins **Krankenhaus eingewiesen**.*[1]



Die Grippe trägt zu mind. **5 der 10 häufigsten Todesursachen weltweit** bei, darunter auch zu Herz-Kreislauf-Erkrankungen, der häufigsten Todesursache weltweit.[2,3]



Die Grippevirusinfektion ist nur die **Spitze des Eisbergs**, da Krankenhausaufenthalte und Todesfälle, die durch Komplikationen einer Grippevirusinfektion verursacht werden, oft nur lückenhaft dokumentiert und unterschätzt werden.[4-8]

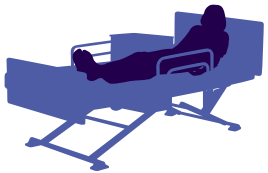
* Diese Zahl ergibt sich aus der Aussage: „Wir schätzten, dass influenzabedingte Infektionen der unteren Atemwege für 9.459.00[...] Krankenhausaufenthalte aufgrund von Infektionen der unteren Atemwege verantwortlich waren". Diese Zahl wurde durch 365 (d. h. die Anzahl der Tage pro Jahr) geteilt, um die tägliche Zahl in Höhe von 25.915 zu erhalten. 1. Troeger CE et al. Lancet Respir Med. 2018;2018(7):69–89. 2. Centers for Disease Control and Prevention (CDC). Flu & People with Heart Disease or History of Stroke. https://www.cdc.gov/flu/highrisk/heartdisease.htm (Letzter Abruf: 13.10.2026). 3. World Health Organization (WHO). The top 10 causes of death. https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/the-top-10-causes-of-death (Letzter Abruf: 13.10.2026). 4. Centers for Disease Control and Prevention (CDC). Frequently Asked Questions about Estimated Flu Burden https://www.cdc.gov/flu/about/burden/faq.htm (Letzter Abruf: 13.10.2026). 5. European Centre for Disease Prevention and Control (ECDC). Factsheet about seasonal influenza. https://www.ecdc.europa.eu/en/seasonal-influenza/facts/factsheet (Letzter Abruf: 13.10.2026). 6. Iuliano AD et al. Lancet. 2018;391(10127), 1285–1300. 7. Madjid M et al. Tex Heart Inst J. 2004;31(1):4–13. 8. Ortiz JR et al. Crit Care Med. 2014;42(11):2325–2332.

Überblick Grippesaison 2025/2026[1]

Saisonale Erkrankungslast der Grippe in Deutschland 2025/26 (bis KW 20)

Die A/H3N2 Subklade K-dominierte Welle dauerte insgesamt 15 Wochen. Sie begann in der 48. Kalenderwoche 2025 und endete mit der 10 Kalenderwoche 2026.

- Rund 240.000 labordiagnostisch bestätigte Grippefälle
- 64.953 Fälle (27 %) mit Krankenhausaufenthalt
- 2.216 Todesfälle
- 95 % der Verstorbenen waren 60 Jahre oder älter[2]



1. Robert Koch-Institut. Bericht zu akuten respiratorischen Erkrankungen in der Saison 2025/26, Berlin 2026 | DOI: 10.25646/14398 (letzter Abruf 13.10.2026).
2. Robert Koch-Institut: ARE-Wochenbericht KW 20/2026 | DOI: 10.25646/14237



sanofi

Die Grippeimpfung

Wichtige Informationen

Die Grippeimpfung als Präventionsmaßnahme

Empfehlung der Ständigen Impfkommission (STIKO)[1]

Folgenden Personen wird die jährliche Grippeimpfung empfohlen:



Personen über 60 Jahre



Personen in Berufen mit umfangreichem Publikumsverkehr



Schwangeren*



Patienten mit chronischen Erkrankungen, z. B.:



Atemwegserkrankungen



Herz-Kreislauf-Erkrankungen



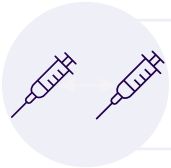
Personen mit Diabetes

Die Kosten der Grippeimpfung bei Risikopatienten werden von allen gesetzlichen Krankenkassen übernommen.

* ab 2. Trimenon, bei erhöhter gesundheitlicher Gefährdung infolge einer Grunderkrankung ab 1. Trimenon

1. Robert Koch-Institut. Empfehlungen der Ständigen Impfkommission beim Robert Koch-Institut 2026. Epid Bull 4/2026.

Gleichzeitige Gabe von Grippe- und COVID-19-Impfungen möglich[1,2]



STIKO-Empfehlung: Zwischen **mRNA- oder Vektor-basierten COVID-19-Impfungen** und **anderen Impfungen mit Totimpfstoffen** (z.B. Grippeimpfstoffe) muss **kein Impfabstand** eingehalten werden. **Sie können simultan gegeben werden.**



Die **Grippe-Impfung** sollte wie üblich im **Spätherbst** (Mitte Oktober bis Mitte Dezember) verabreicht werden[2]. Unter der Voraussetzung, dass eine **Indikation zur Impfung sowohl gegen Grippe als auch gegen COVID-19** besteht, ist die **gleichzeitige Verabreichung der beiden Impfstoffe** möglich. Die **Injektion** soll jeweils **an unterschiedlichen Gliedmaßen** erfolgen.



Impfreaktionen können bei gleichzeitiger Gabe häufiger auftreten. Umfangreiche Erfahrungen **nach Co-Administration von COVID-19- und Influenzaimpfstoffen** zeigen, dass die Immunantworten nicht beeinflusst werden und das Nebenwirkungsprofil nach gleichzeitiger Verabreichung beider Impfstoffe **im Allgemeinen der nach alleiniger Gabe eines COVID-19-Impfstoffs entspricht**[3].



Eine ausführliche Aufklärung der zu impfenden Person über die möglichen, vermehrten vorübergehenden lokalen und systemischen Impfreaktionen ist besonders wichtig.

1. Robert Koch-Institut (RKI) – COVID-19 und Impfen: Antworten auf häufig gestellte Fragen: https://www.rki.de/SharedDocs/FAQs/DE/Impfen/COVID-19/gesamt.html#entry_16870026 (Letzter Abruf: 13.10.2026)
2. https://www.rki.de/SharedDocs/FAQs/DE/Impfen/Influenza/FAQ-Liste_gesamt.html#entry_16870854 (Letzter Abruf: 13.10.2026)
3. Janssen C et al. Hum Vaccin Immunother 2022;18(6):2131166. doi: 10.1080/21645515.2022.2131166

Sich selbst und andere vor der Grippe schützen …[1]

… mit einer Grippeimpfung



Mit einer Grippeimpfung können die **Ausbreitung der Grippeviren reduziert** und damit die Menschen in Ihrem Umfeld geschützt werden



Der eigene Grippeimpfschutz trägt also gleichzeitig zum **Schutz der Gemeinschaft** bei



Höhere Impfraten können somit zu einem sogenannten **Gemeinschaftsschutz** führen

1. Bundesinstitut für öffentliche Gesundheit (BIÖG). Gemeinschaftsschutz: Schutz für den Einzelnen und die Gemeinschaft. https://www.impfen-info.de/wissenswertes/gemeinschaftsschutz/ (Letzter Abruf: 13.10.2026)

sanofi

Die jährliche Grippewelle[1-3]

Wissenswerte Fakten



Beginnt in Deutschland meist im Januar und dauert **drei bis vier Monate**



Findet im Winter statt, weil Viren stabiler (niedrige Temperatur & trockene Luft), Schleimhäute anfälliger für Infektionen und viele Menschen lange in geschlossenen Räumen sind



Beginnt häufig in den südwestlichen Ländern Europas (z. B. Spanien, Portugal) und setzt sich dann über Mitteleuropa bis nach Osteuropa fort

1. Robert Koch-Institut. Häufig gestellte Fragen zur Grippe. Stand 02.10.2025. https://www.rki.de/SharedDocs/FAQs/DE/Influenza/FAQ_Liste.html#entry_16871264 (Letzter Abruf 13.10.2026). 2. Scientific American. Why do we get the flu most often in the winter? https://www.scientificamerican.com/article/why-do-we-get-the-flu-mos/ (Letzter Abruf: 25.09.2024). 3. Lowen AC et al. PLoS Pathog 2007;19(3):1470.

Optimaler Impfzeitpunkt: ab Oktober bis Mitte Dezember[1]

Jede spätere Impfung in der Saison ist aber auch sinnvoll und wichtig



Optimaler Impfzeitpunkt:
zu Beginn der Grippesaison
im Oktober bis Mitte Dezember



- Die volle **Ausbildung eines Impfschutzes** benötigt etwa **10 bis 14 Tage**
- Bei verpasster Impfung zu Saisonbeginn: **zu Beginn oder im Verlauf der Grippewelle die Impfung nachholen**; eine Impfung ist **bis zum Ende der Grippewelle sinnvoll!**
- Es ist nicht vorhersehbar, wie lange eine Grippewelle andauern wird

1. Robert Koch-Institut. Grippeschutzimpfung. Stand 10.09.2026. https://www.rki.de/SharedDocs/FAQs/DE/Impfen/Influenza/FAQ-Liste_gesamt.html?nn=16777278 (Letzter Abruf: 13.10.2026).

Weitere Präventionsmaßnahmen[1,2]

Regelmäßiges Händewaschen mit Seife
- Wenn Sie nach Hause kommen
- Vor dem Zubereiten von Speisen und dem Essen
- Nach dem Toilettengang, Husten, Niesen oder Naseputzen

Regelmäßig lüften
- Lüften Sie geschlossene Räume mindestens 3- bis 4-mal am Tag für 10 Minuten

Hygienisch husten und niesen
- Husten und niesen Sie nicht in die Hand, sondern in die Armbeuge oder ein Taschentuch
- Halten Sie mindestens einen Meter Abstand zu anderen Personen

1. Robert Koch-Institut. Häufig gestellte Fragen und Antworten zur Grippe. Stand 02.10.2025. https://www.rki.de/SharedDocs/FAQs/DE/Influenza/FAQ_Liste.html#entry_16871264 (Letzter Abruf: 13.10.2026).
2. https://gesund.bund.de/grippe-influenza#vorbeugung (Letzter Abruf: 13.10.2026)

Grippeimpfung bei Immuntherapie?[1,2]

Die STIKO empfiehlt die jährliche Grippeimpfung mit einem Totimpfstoff

Was ist eine Immuntherapie?
Eine Immuntherapie moduliert das körpereigene Immunsystem und kann so eine chronische Krankheit bekämpfen. Allerdings wird auch die Immunantwort gegen Krankheitserreger wie z. B. die Grippe beeinflusst.

Patienten, die eine Immuntherapie erhalten, haben ein **erhöhtes Risiko für schwere Krankheitsverläufe** einer Grippe.

Wer kann eine Immuntherapie erhalten?
Krebspatienten, Patienten mit bestimmten Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Organtransplantierte[3], Patienten mit bestimmten Autoimmunerkrankungen, Patienten mit bestimmten chronisch-entzündlichen Erkrankungen

Die STIKO empfiehlt die jährliche Grippeimpfung für diese Patienten und auch für ihre Kontaktpersonen.

Der **Grippeimpfschutz** sollte im Idealfall **vor einer Therapie** vollständig sein, kann aber bei stabiler Erkrankung auch unter Therapie erfolgen (mögliche Kontraindikationen beachten).

Unter Immuntherapie ist grundsätzlich der **Schutz vor allem vor impfpräventablen Erkrankungen** wichtig!

1. Robert Koch-Institut. Impfen bei Immundefizienz – Anwendungshinweise zu den von der Ständigen Impfkommission empfohlenen Impfungen. (IV) Impfen bei Autoimmunkrankheiten, bei anderen chronisch entzündlichen Erkrankungen und unter immunmodulatorischer Therapie. Bundesgesundheitsbl 2019;62:494–515.
2. Robert Koch-Institut. Grippeschutzimpfung. Stand 10.09.2026. https://www.rki.de/SharedDocs/FAQs/DE/Impfen/Influenza/FAQ-Liste_gesamt.html (Letzter Abruf: 13.10.2026).
3. Robert Koch-Institut. Impfen bei Immundefizienz –Anwendungshinweise zu den von der Ständigen Impfkommission empfohlenen Impfungen. (III) Impfen bei hämatologischen und onkologischen Erkrankungen (antineoplastische Therapie, Stammzelltransplantation), Organtransplantation und Asplenie. Bundesgesundheitsbl 2020;63:588-644.

Weitere Informationen unter:
https://impfen.sanofi.de/impfschutz

sanofi

MAT-DE-2403979-4.0-10/2026