



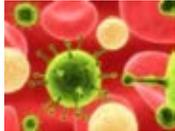
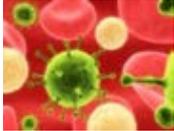
# Impfungen & Gesundheitschecks ... nicht nur für Kleinkinder

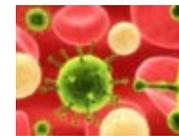
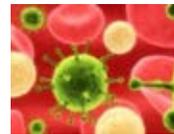
# Übertragungswege

- Tröpfcheninfektion: Die Erreger werden z. B. beim Husten mit dem Tröpfchennebel aus dem Körper geworfen und von anderen eingeatmet
- Indirekter Kontakt: Erreger befinden sich auf verunreinigten Gegenständen und gehen durch Berühren auf Gesunde über
- Direkter Kontakt: über keimhaltige Körperflüssigkeiten, wie Sperma, Scheidensekret, Blut
- Blutsaugende Insekten: z. B. Zecken

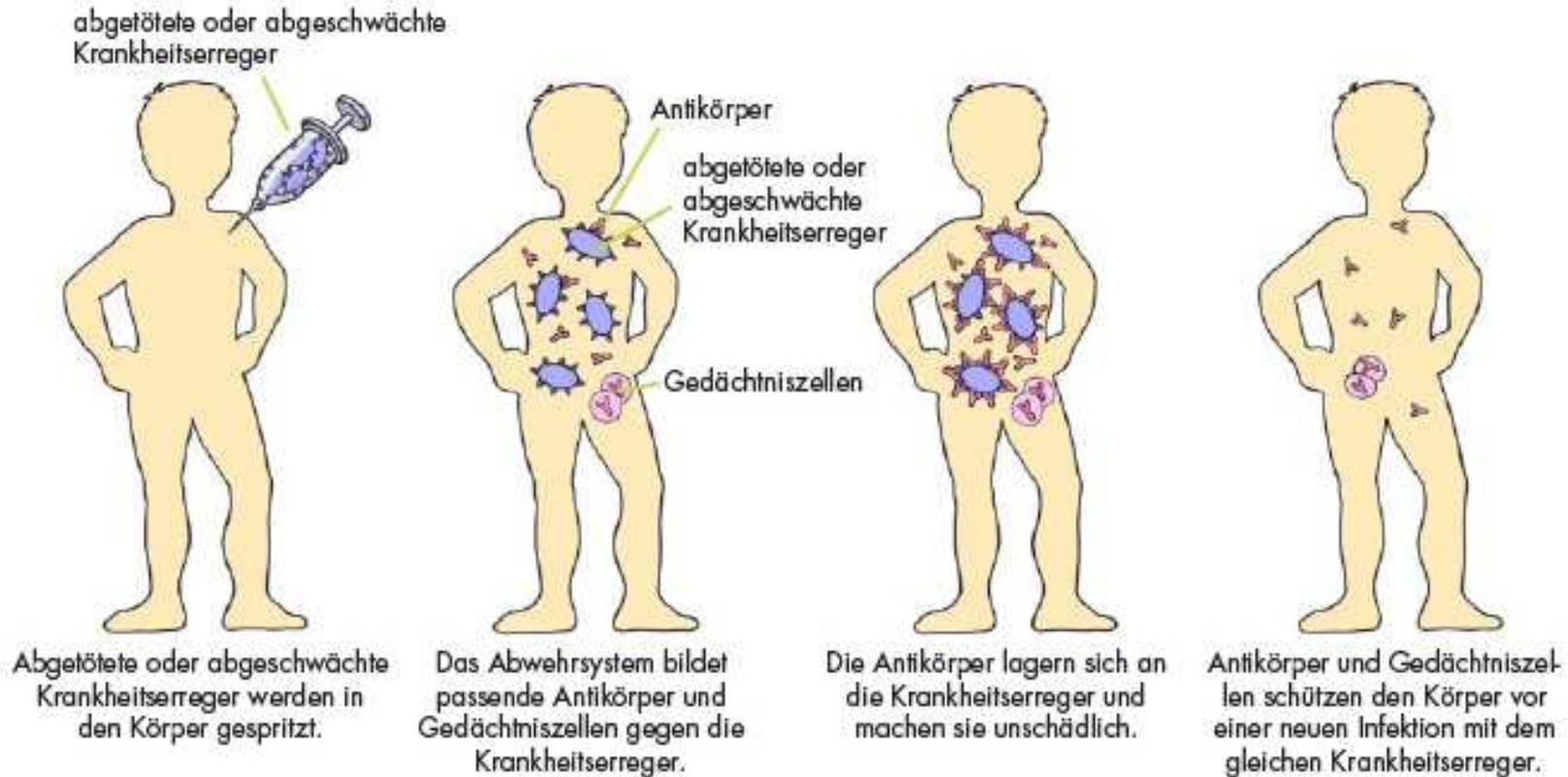


# Impfen und Immunsystem

- Bei einer Impfung bildet der Körper Gedächtniszellen und Antikörper, die das Virus oder Bakterium abfangen. Der Mensch ist nun gegen diese Krankheit immun.
- Kommt der Körper später mit echten Krankheitserregern in Kontakt, ist er vorbereitet. Er erinnert sich an den Erreger. 
- Der Körper bekämpft den Erreger. Eine Erkrankung kann somit nicht ausbrechen. 



# Impfen und Immunsystem



Quelle: Westermann, 2002, BIO, »Natur bewusst«, ISBN 3-14-150882-8

# Impfen

- Geimpfte Menschen schützen sich selbst und andere vor Ansteckung.
- Sie stoppen so die Verbreitung des Virus.
- Je mehr Menschen geimpft sind, desto geringer ist das Risiko, dass Infektionskrankheiten ausbrechen.
- Menschen, die (noch) nicht geimpft sind, werden dadurch geschützt, dass in ihrem Umfeld weniger gefährliche Erreger vorkommen.



# Nutzen des Impfens

- Um weiterhin vor gefährlichen Infektionskrankheiten geschützt zu sein, sollten sich alle Kinder und Erwachsene dagegen impfen lassen.
- Je mehr Menschen geimpft sind, desto unwahrscheinlicher wird der Ausbruch von Erkrankungen.
- Für manche Krankheiten ist es notwendig, den Impfschutz regelmäßig aufzufrischen.



# Erkrankungen, denen durch Impfung vorgebeugt werden kann

- Diphtherie
- Gebärmutterhalskrebs (HPV)
- Hepatitis B (Leberentzündung)
- Hib – Hirnhaut- und Kehlkopfentzündungen
- Keuchhusten (Pertussis)
- Kinderlähmung (Poliomyelitis)
- Masern
- Meningokokken (Hirnhautentzündung)
- Mumps
- Pneumokokken (Lungenentzündung)
- Röteln
- Windpocken (Varizellen)
- Wundstarrkrampf (Tetanus)

# Gesund bleiben – Krebs aktiv vorbeugen

- Gesund essen: Obst + Gemüse, wenig Fleisch, keinen Alkohol, wenig Süßes + Fettiges + viel bewegen



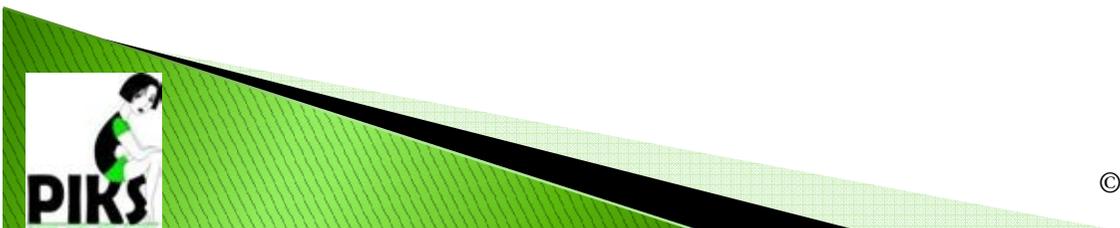
- Über- und Untergewicht vermeiden



- Nicht rauchen



- Besonnen sonnen: Sonnenschutzmittel verwenden, Solarien meiden

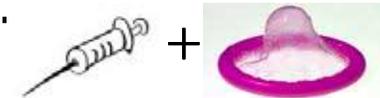


# Gesund bleiben – Krebs aktiv vorbeugen

## II

### HPV–Impfung zum Schutz vor Gebärmutterhalskrebs

- HPV steht für Humane Papilloma Viren
- HPV–Impfung verringert Risiko der Ansteckung, zusätzlich schützen Kondome
- Impfung am besten vor dem ersten Sex
- Gegen Gebärmutterhalskrebs schützen:  
Mädchen → gegen HPV impfen lassen  
Jungen → Kondome benutzen
- Frauen ab 20 Jahre: Krebsvorsorge nutzen



# Gesund bleiben – Krebs aktiv vorbeugen

## III

- Wichtig ist, seinen Körper gut zu kennen.
- Dann kann rechtzeitig auf (schon kleine) Veränderungen reagiert werden.
- Darum regelmäßig Muttermale anschauen und auf Veränderungen der Brüste und Hoden achten (z. B. Größe oder Form).

Wenn etwas „komisch“ erscheint oder sich Fragen ergeben, einfach den Arzt ansprechen.



# Jugenduntersuchung J1 nutzen

- Gesundheitsangebot für 12 bis 14j. Jugendliche
- Check zu körperlicher Fitness, Krankheiten, Allergien, Impfungen

Die J1 ist mehr als nur eine körperliche Untersuchung:



- Beratungsgespräch in geschütztem Rahmen
- Themen: Schule, persönliches Umfeld, Pubertät, Liebe, Sex, Drogen, Alkohol...
- Ärzte sind an ihre Schweigepflicht gebunden!
- Dauer: ca. 30 Minuten, Kosten zahlen Kassen