

Impfung & Sport

In Zeiten der Corona-Pandemie rücken wieder Fragen zu Impfungen im Allgemeinen, aber auch im Sport in den Vordergrund. Unsicherheiten bezüglich Impfungen sind weit verbreitet. Sind sie notwendig, zu welchen Nebenwirkungen kann es kommen, was muss hinsichtlich des Trainings beachtet werden?

Grundsätzlich sollte aus präventivmedizinischen Aspekten auch bei Sportler*innen auf einen vollständigen Impfschutz geachtet werden. Soweit bisher bekannt, liegt für sie zwar kein vermehrtes Risiko für impfpräventable Infektionskrankheiten vor, dennoch müssen im Sport zusätzlich auch Besonderheiten berücksichtigt werden. Im Training oder Wettkampf sind Hygieneregeln nicht immer vollständig umsetzbar.



Beratung für Sportler*innen

Wie aus den Hygieneregeln im Zuge der Corona-Pandemie bekannt ist, spielt der Abstand zwischen den Menschen bei der Übertragung von Infektionskrankheiten eine große Rolle. Beispielsweise in Kontaktsportarten kann dieser aber nicht immer eingehalten werden. Bei der Impfberatung von Sportler*innen müssen demnach also auch individuelle Faktoren wie Charakteristika der Sportart (Kontaktsportart?) berücksichtigt werden. Weitere Faktoren sind u.a. etwaige Reisen und der Wohnort (Risikogebiet für die Frühsommermeningoenzephalitis?)

Für Kinder und Jugendliche gelten die Empfehlungen der STIKO (Ständige Impfkommission), zusätzliche sportspezifische Impfindikationen werden in der Regel bei Jugendlichen und im jugendlichen Erwachsenenalter relevant.

Impfungen werden im Allgemeinen gut vertragen. Da hohe Trainingsbelastungen ihrerseits aber auch zu akuten Veränderungen des Immunstatus führen können, sollten Impfungen nach Möglichkeit in Zeiten geringer körperlicher Belastungen durchgeführt werden. Unerwünschte Reaktionen treten meistens



innerhalb der ersten 14 Tage auf, so dass dieses Zeitintervall vor wichtigen Wettkämpfen mindestens eingehalten werden sollte. Im Rahmen von sportmedizinischen Untersuchungen bietet es sich an, etwaige Impfungen zu planen.

Jetzt im Herbst beginnt wieder die alljährliche Zeit der Grippe und damit auch die Zeit der Impfungen. Diese kann unter Berücksichtigung der o.g. Aspekte auch bei jüngeren Sportler*innen erwogen werden. _____