

Heute wird empfohlen, alle Kinder um den ersten Geburtstag herum gegen Windpocken zu impfen. Als du in dem Alter warst, war das aber noch nicht so, und deshalb solltest du das für dich klären.

Gegen **Keuchhusten** und **Kinderlähmung** bist du bestimmt auch als kleines Kind schon geimpft worden. Dieser Impfschutz muss aber aufgefrischt werden, wenn du zwischen 9 und 17 Jahre alt bist.

Bei **Wundstarrkrampf** und **Diphtherie** ist es genau so. Nur musst du hier sogar lebenslang am Ball bleiben und den Impfschutz alle zehn Jahre auffrischen lassen.

Das hört sich vielleicht aufwändig an. Ist es aber nicht. Denn auch für diese letzten vier Impfungen reicht ein einziger Piekser.

Impfungen - das sind nur **kleine Piekser mit großer Wirkung!**

Also... nimm dir die Zeit! Und falls du doch ein klitzekleines bisschen Angst haben solltest... bleib cool! Die Krankheiten sind in jedem Fall schlimmer!

Hast du noch Fragen?

Hier bekommst du Antwort: in deiner Jugend- oder Hausarztpraxis und im Gesundheitsamt. Frag auch ruhig mal nach, ob eine Gripeschutzimpfung für dich empfehlenswert ist.

Angesagt ist es jedenfalls, über das Thema zu sprechen: in der Familie, in der Schule, im Freundeskreis.

Du wirst wahrscheinlich ganz unterschiedliche Meinungen hören, aber auch feststellen, dass viele nicht so viel wissen wie du!

Nutze dein Wissen, gib es an andere weiter und vor allem,
lass' dich impfen!

Unterstützt wird diese Aktion auch von vielen Verbänden in Schleswig-Holstein: zum Beispiel von der DLRG-Jugend, vom Jugendrotkreuz, von der Jugendfeuerwehr und von der Sportjugend.

Willst du mehr Infos? Kriegst du bei der **Landesvereinigung für Gesundheitsförderung**
Flämische Straße 6-10 in 24103 Kiel
Tel.: 0431/ 9 42 94 • Fax: 0431/ 9 48 71
E-Mail: gesundheit@lvgfsh.de
www.lv-gesundheit-sh.de

Impressum:

Herausgeber:

Ministerium für Arbeit, Soziales und Gesundheit des Landes Schleswig-Holstein,
Adolf-Westphal-Str. 4, 24143 Kiel

Landesvereinigung für Gesundheitsförderung in Schleswig-Holstein e.V.,
Flämische Straße 6-10, 24103 Kiel

Text und Layout: Dr. Elfi Rudolph

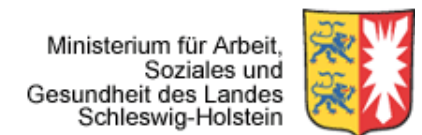
Fachliche Beratung: Dr. Michael Kinet

Titelblatt: Uwe Appold

Stand: Mai 2011, 3. überarbeitete Fassung

Dieses Falblatt wird im Rahmen der Öffentlichkeitsarbeit der schleswig-holsteinischen Landesregierung veröffentlicht. Es darf weder von Parteien noch von Personen, die Wahlwerbung oder Wahlhilfe betreiben, im Wahlkampf zum Zwecke der Wahlwerbung verwendet werden. Auch ohne zeitlichen Bezug zu einer bevorstehenden Wahl darf es nicht in einer Weise verwendet werden, die als Parteinahme der Landesregierung zugunsten einzelner Gruppen verstanden werden könnte. Den Parteien ist es gestattet, das Falblatt zur Unterrichtung ihrer eigenen Mitglieder zu verwenden.

Die Landesregierung im Internet:
www.schleswig-holstein.de



impfen
gegen
Hepatitis B
Masern · Mumps · Röteln ...
und auffrischen gegen ...

Voll krass



Cool drauf sein...

ist angesagt. Wer cool ist, ist auch clever. Clevere wissen, was läuft und informieren sich. Du gehörst dazu, du willst wissen, wie du dich durch Impfungen schützen kannst.

Ganz wichtig ist, dass du vollständigen Impfschutz hast gegen

- **Hepatitis B**
- **Masern, Mumps, Röteln und**
- **Windpocken (Varizellen)**
- **... und für Mädchen zusätzlich gegen Gebärmutterhalskrebs (HPV-Impfung)**

Im Alter zwischen 9 und 17 Jahren muss dein Impfschutz aufgefrischt werden gegen

- **Keuchhusten (Pertussis)**
- **Kinderlähmung (Polio)**
- **Wundstarrkrampf (Tetanus)**
- **Diphtherie**

Hepatitis B ist eine Leberentzündung, die deine Leber dauerhaft schädigen oder sogar zerstören kann. Da die Leber viele giftige Stoffe in unserem Körper abbaut, ist es wirklich schlimm, wenn sie nicht richtig funktioniert.

Der Krankheitserreger für Hepatitis B ist ein Virus. Erkrankte haben es vor allem im Blut, in Samen- und Scheidenflüssigkeit. In sehr kleinen Mengen auch im Speichel und in den Tränen.

Besonders gemein ist, dass dieses Virus **sehr ansteckend** ist. Ungefähr 100mal ansteckender als das AIDS auslösende HI-Virus.

Aufpassen...

ist angesagt. Tausende Menschen stecken sich in Deutschland jedes Jahr mit Hepatitis B an, die meisten von ihnen sind junge Leute unter 30 ...

♥ **besonders beim Sex ohne Kondom,**

★ **beim Ohrlochstechen, Piercen oder Tätowieren,** wenn die Instrumente nicht absolut keimfrei (steril) sind, oder wenn keine Einmalinstrumente verwendet werden,

⊕ **beim gemeinsamen Benutzen von Spritzen,**

⊗ **sogar beim gemeinsamen Benutzen von Nagelscheren, Zahnbürsten, Rasierern**

oder

→ wenn man sich zum Beispiel beim gemeinsamen Sport eine Verletzung holt, sich gegenseitig verarztet und zum Blutabwischen dasselbe Tuch benutzt.

Das hört sich ja nun alles ziemlich gefährlich an, ist aber kein Grund zur Panik!

Drogen - und damit gemeinsame Spritzen - kommen für dich bestimmt sowieso nicht in Frage! Oder? Und mega-out für jeden sollte Sex ohne Kondom sein, schon wegen Verhütung und AIDS und so...

Falls du auf Piercen, Ohrlochstechen oder Tätowieren nicht verzichten magst, dann suche dir ein Studio, von dem du weißt, dass alles superclean ist - lieber ein bisschen länger sparen!

Sich schützen...

ist möglich. Dazu hast du grad eben schon ein paar wichtige Tipps gelesen. Trotzdem kannst du eine Ansteckung nicht sicher ausschließen. **Deshalb ist es besser, wenn du dich darüber hinaus durch Impfen schützt!**



Mit großer Wahrscheinlichkeit bist du bereits gegen verschiedene Krankheiten geimpft. Frag' doch zu Hause mal nach und schau in deinen Impfpass!

Ganz wichtig ist es zum Beispiel, dass du **ein zweites Mal gegen Masern, Mumps und Röteln** geimpft bist. Mit einem einzigen Pieksler kannst du diese Impfungen abhaken - die Krankheiten ganz bestimmt nicht, denn...

Masern und Mumps werden zwar „Kinderkrankheiten“ genannt, aber man kann sie auch als Erwachsener noch bekommen, und sie können so heftig verlaufen, dass zum Beispiel das Gehirn für immer geschädigt bleibt oder man sogar daran stirbt.

Röteln sind in den ersten Wochen einer Schwangerschaft sehr gefährlich für das ungeborene Kind. Damit es nicht dazu kommen kann, sollten sich alle Mädchen und Jungen rechtzeitig zweimal gegen Masern, Mumps und Röteln impfen lassen.

Windpocken gelten als „eher harmlos“. Das ist jedoch keineswegs immer der Fall. Vor allem, wenn Erwachsene sich bei Kindern anstecken, ist der Krankheitsverlauf oftmals schwer. **Wenn du als Kind keine Windpocken gehabt hast und auch nicht dagegen geimpft worden bist, dann solltest du die Impfung jetzt unbedingt nachholen.**