



Landratsamt Neumarkt i. d. OPf. - Postfach 1405 - 92304 Neumarkt

Ihr Zeichen:  
Ihre Nachricht vom:

**Unser Zeichen: 60-Dr.Zi./scha**

Sachbearbeiter: Frau Dr. Zilch  
Zimmer-Nr.: 11

Telefon: 09181/470516

Telefax: 09181/4706016

eMail: [zilch.karen@landkreis-neumarkt.de](mailto:zilch.karen@landkreis-neumarkt.de)

Datum: 18.10.2019

## Grippeschutzimpfung

Mit den Temperaturen sinken auch die Abwehrkräfte. Nun haben Krankheitserreger wieder besonders leichtes Spiel. Die Hauptsaison der Influenza (echte Grippe) beginnt nach Weihnachten. Somit ist **jetzt** der richtige und geeignete Zeitpunkt, sich impfen zu lassen. Der Körper kann so noch einen ausreichenden Schutz aufbauen.

Wir sind der Grippesaison also nicht schutzlos ausgeliefert. Jeder Einzelne kann sich und seine Mitmenschen durch eine **Impfung** schützen.

Grundsätzlich wird allen Personen eine Grippeschutzimpfung empfohlen, ganz besonders aber:

- **Menschen über 60 (Senioren)**
- **Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen mit einer erhöhten gesundheitlichen Gefährdung durch ein Grundleiden**
- **Personen mit erhöhtem Ansteckungsrisiko (medizinisches Personal, Publikumsverkehr)**
- **Bewohnern von Alten- und Pflegeheimen**
- **Allen Schwangeren ab dem 4. Monat**
- **Personen, die gefährdete Personen anstecken könnten**

Für die obengenannten Gruppen ist die Impfung von der STIKO (ständige Impfkommision) empfohlen. Für diese Personengruppen werden die Kosten auch sicher von der Krankenkasse getragen.

Zusätzlich zu der Impfung sollte jeder Einzelne auf eine ausreichende Händehygiene achten und sein Immunsystem zusätzlich durch eine gesunde, ausgewogene, vitaminreiche Ernährung stärken.

Dr. med. Karen Zilch  
Medizinaloberrätin

---

Hausanschrift: 92318 Neumarkt i.d.OPf., Nürnberger Straße 1 Telefon: 09181/470-0 Telefax: 09181/470320 E-Mail: <a href="mailto:landratsamt@landkreis-neumarkt.de">landratsamt@landkreis-neumarkt.de</a> Internet: <a href="http://www.landkreis-neumarkt.de">www.landkreis-neumarkt.de</a>	Besuchszeiten: Mo., Di. 08:00 - 16:00 Uhr Mi., Fr. 08:00 - 12:00 Uhr Do. 08:00 - 18:00 Uhr	Banken: Sparkasse Neumarkt Raiffeisenbank Neumarkt Postbank Nürnberg	IBAN DE80 7605 2080 0000 2610 08 DE58 7606 9553 0000 1140 06 DE32 7601 0085 0004 8278 53	BIC BYLADEM1NMA GENODEF1NM1 PBNKDEFF	Stadtbushaltestellen: Linien 561/562 
--	---	---	---	---	---

**Bitte vereinbaren Sie Termine auch während der Öffnungszeiten!**