Freistaat Thüringen
Ministerium für Soziales, Gesundheit, Arbeit und Familie

Impfungen für Kinder und Jugendliche von 0 bis 17 Jahren

Informationen in Leichter Sprache

Warum ist Impfen wichtig?

Kleine Kinder haben eine schwaches Immun-System.
Ihre Krankheits-Abwehr ist noch nicht voll entwickelt:
Sie können sich deshalb leicht mit Krankheiten anstecken.

Die Kinder kommen im Kinder-Garten
mit vielen Kindern in Kontakte.
Das erhöht die Gefahr, regelmäßig krank zu werden.
Die meisten Krankheiten bei Kindern sind harmlos.
Man kann diese Krankheiten gut behandeln.
Aber manche Krankheiten sind gefährlich
und können sogar tödlich sein.

Sie als Eltern können das Krankheits-Risiko
für ihre Kinder aktiv verringern.
Das geht mit Schutz-Impfungen.
Impfungen bereiten den Körper vor,
Krankheiten abzuwehren.
Sie verringern das Risiko,
dass sich Ihr Kind bei anderen Menschen ansteckt.
Wenn Ihr Kind sich doch ansteckt,
dann ist der Krankheits-Verlauf meistens schwächer.

Jugendliche und junge Erwachsene
können auch Kinder-Krankheiten bekommen,
wenn sie keinen ausreichenden Impf-Schutz haben.
Das betrifft um Beispiel die Krankheit Masern.
Deshalb ist es wichtig,
dass Sie als Eltern die richtige Entscheidung
für den Impf-Schutz ihrer Kinder treffen.
Neben Masern betrifft das hauptsächlich die Impfungen
gegen Roto-Viren und Keuchhusten.

Welche Impfungen brauchen Kinder und Jugendliche?

In Deutschland gibt es die **„St**ändige **I**mpf**k**ommission**“**, kurz STIKO.
Das ist eine Gruppe von Fachleuten aus Medizin und Wissenschaft.
Die Fachleute in der STIKO überprüfen den Nutzen
und die Nebenwirkungen von Impfungen.
Dann schreiben die Fachleute aus der STIKO eine Liste:
In der Liste stehen die Empfehlungen,
gegen welche Viren und Bakterien man sich impfen lassen soll.

Die STIKO findet:
Alle Kinder und Jugendlichen in Deutschland
sollten Impfungen gegen diese Krankheiten bekommen:

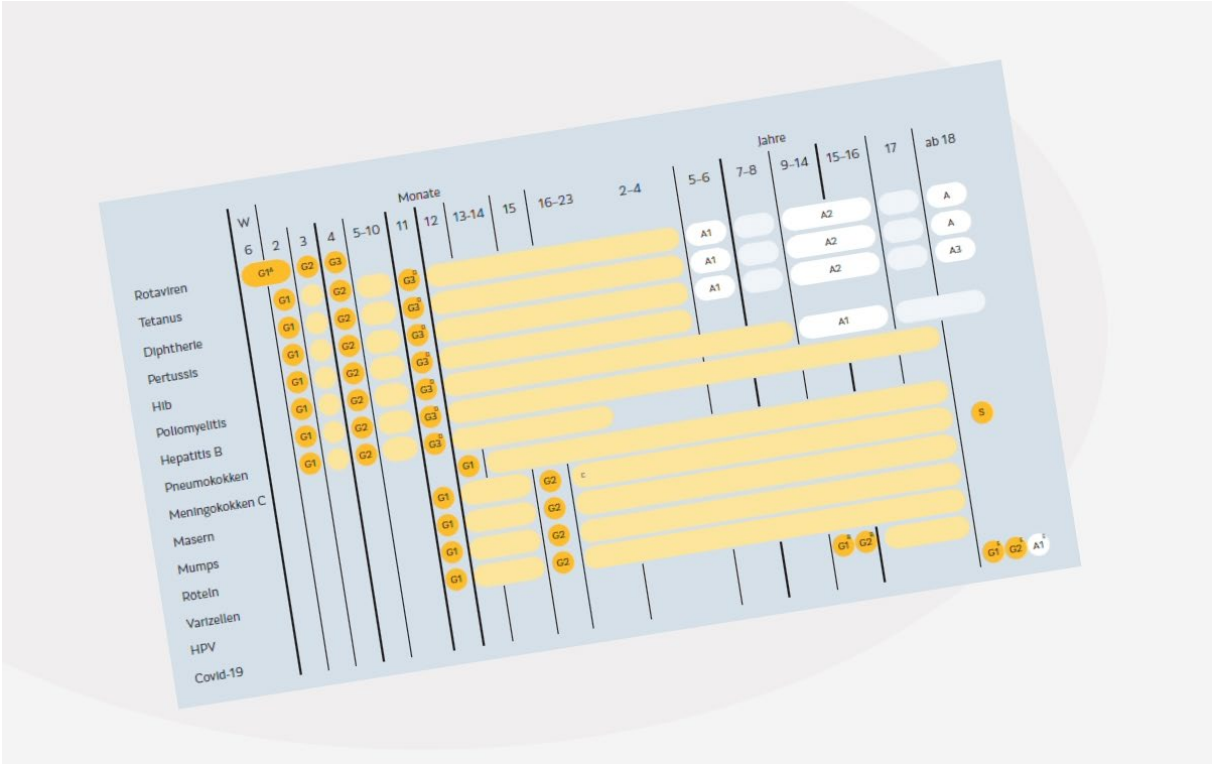
- Diphtherie
- Tetanus (Wund-Starrkrampf)
- Pertussis (Keuchhusten)
- Poliomyelitis (Kinder-Lähmung)
- Masern, Mumps, Röteln
- Varizellen (Windpocken)
- Pneumokokken
- Meningokokken
- Rota-Viren
- Humane Papillom-Viren (HPV)

Sie finden Erklärungen zu diesen Krankheiten im Impf-Kalender der STIKO.
Nutzen Sie dafür einfach den Link auf der nächsten Seite.

Viele dieser Impfungen gibt es als Kombinations-Impf-Stoffe.
Das bedeutet: Mit einer Spritze bekommt Ihr Kind den Impf-Schutz
für mehrere Krankheiten.
So braucht Ihr Kind weniger Impf-Termine.
Die Sicherheit und Wirkung der Impfungen bleiben gleich.

Die gesetzlichen Kranken-Kassen bezahlen Impfungen,
wenn sie von der STIKO empfohlen werden.
Der Impf-Kalender der STIKO zeigt wichtige Impfungen
und den besten Zeitpunkt dafür.

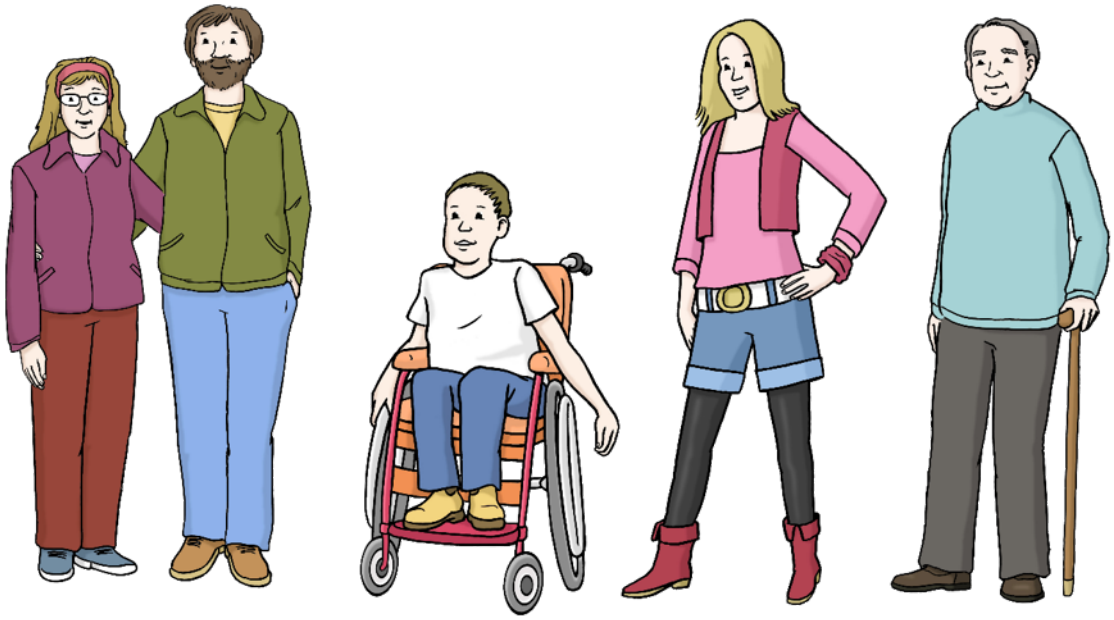
Hier kommen Sie zum Impf-Kalender in Leichter Sprache als PDF-Datei.



Wussten Sie schon?
Impfungen schützen nicht nur die geimpfte Person.
Sie schützen auch andere Menschen.
Durch Impfungen werden Krankheiten seltener übertragen.
Das nennt man Gemeinschafts-Schutz.
Das medizinische Fachwort dafür ist Herden-Immunität.

Der Gemeinschafts-Schutz hilft zum Beispiel diesen Personen-Gruppen:

- Säuglinge, die noch keine Impfung bekommen können
- Menschen mit schwachem Immun-System zur Krankheits-Abwehr,
  wie Personen mit einer Krebs-Erkrankung



Viele Menschen müssen geimpft sein:
Erst dann kann der Gemeinschafts-Schutz funktionieren.
Je mehr Menschen geimpft sind,
desto besser ist der Schutz für alle.

Masern

Masern sind eine sehr ansteckende Krankheit.
Wenn eine Person keine Impfung gegen Masern hat,
dann steckt sie sich bei einer erkrankten Person fast immer an.

Seit dem 1. März 2020 gibt es das Masern-Schutz-Gesetz.
Dort steht: Kinder brauchen 2 Masern-Schutz-Impfungen.
Erst dann dürfen sie in den Kinder-Garten
oder in die Schule gehen.
Wenn Ihr Kind schon Masern hatte,
dann braucht es keine zusätzliche Impfung.
Es ist dann schon davor geschützt,
die Krankheit ein zweites Mal zu bekommen.

Im Masern-Schutz-Gesetz steht außerdem,
Personen 2 Masern-Schutz-Impfungen brauchen:

- wenn sie nach 1970 geboren sind
- **und** wenn sie in Gemeinschafts-Einrichtungen
  oder im medizinischen Bereich arbeiten
  oder dort betreut werden.

HPV: Humane Papillom-Viren

Die STIKO empfiehlt, dass alle Mädchen
und Jungen im Alter von 9 bis 14 Jahren
gegen **H**umane **P**apillom-**V**iren geimpft werden.

HPV wird beim Sex übertragen.
Deshalb bekommen fast alle Menschen
irgendwann in ihrem Leben einmal HPV.
Sie merken aber meistens gar nicht,
dass sie krank sind.
Und die Krankheit heilt meistens von selbst.

Aber eine HPV-Infektion kann auch lange bestehen
und viele Jahre später Krebs verursachen.
Die medizinische Forschung hat gezeigt:
Fast alle Fälle von Gebärmutterhals-Krebs bei Frauen
kommen durch HPV.
Die HPV-Impfung ist deshalb ein guter Schutz
gegen Gebärmutterhals-Krebs.

Auch Jungen sollen eine Impfung gegen HPV bekommen.
HPV kann bei männlichen Kindern Krebs verursachen,
zum Beispiel Krebs am After, Penis, Mund oder Rachen.

In manchen Kinder-Arzt-Praxen können sich
auch Eltern impfen lassen.
Fragen Sie einfach vor dem nächsten Besuch,
ob das in Ihrer Kinder-Arzt-Praxis möglich ist.

Keine Angst vor Nebenwirkungen!

Nebenwirkungen bei Impfungen sind möglich.
Aber die meisten Nebenwirkungen sind harmlos
und gehen schnell wieder weg.
Wahrscheinlich kennen Sie diese Nebenwirkungen:

- Rötungen an der Einstich-Stelle
  der Impf-Spritze
- Schwellungen an der Einstich-Stelle
- Müdigkeit
- Kopf-Schmerzen
- Glieder-Schmerzen

Die Nebenwirkungen zeigen,
dass Ihr Körper die Impfung verarbeitet.
Und damit einen Schutz zur Krankheits-Abwehr aufbaut.

Die Nebenwirkungen bei Impfungen
verschwinden oft nach 1 bis 3 Tagen.
Sie sind weniger schlimm als die Krankheit selbst.
Impfungen sind sehr sicher.
Größere Probleme sind dabei sehr selten.
Wenn Sie Fragen zum Impfen haben,
dann sprechen Sie mit Ihrer Haus-Ärztin Ihrem Haus-Arzt.

Tipp: Bringen Sie den Impf-Ausweis von Ihrem Kind
zum nächsten Arzt-Besuch mit.
Dann können Sie direkt einen Impf-Termin machen.

Herausgeber

Thüringer Ministerium für Soziales, Gesundheit,
Arbeit und Familie
Abteilung für Presse-Kontakte und Öffentlichkeits-Arbeit
Werner-Seelenbinder-Straße 6
99096 Erfurt

E-Mail: pressestelle@tmsgaf.thueringen.de
Internet: www.soziales.thueringen.de

Titelbild: iStock / cosmaa
Bild zum Gemeinschafts-Schutz: iStock / cosmaa
Bild vom Impf-Kalender: Sandruschka GmbH

Der Text in Leichter Sprache ist von capito Berlin.
Menschen mit Lernschwierigkeiten haben den Text
und die Bilder auf Verständlichkeit geprüft.

Stand der Information: Juni 2026