

PRÄVENTION

Nächste Impfung liegt bereit

Die Bevölkerung setzt sich seit Monaten mit der Covid-19-Impfung auseinander, jetzt steht die nächste Vakzination an: Diesen Freitag ist Grippeimpftag.

VON
ANDRÉ
JABERG

Was sich viele erhofften, ist weder letztes Jahr eingetreten, noch wird es heuer der Fall sein: dass die Covid-19-Impfung sowohl gegen das Corona-Virus wie auch gegen Grippeviren schützt. Was Covid-19 und Influenza gemeinsam haben: Beide Krankheiten können schwere Verläufe haben oder gar tödlich enden.

Weder Covid-19 noch die Grippe dürfen deshalb banalisiert werden. Und was für Covid-19 gilt, trifft auch auf die Grippe zu: «Der beste Schutz bietet die Impfung», rät Apothekerin Daniela Friedli von der Bahnhof-Apotheke Lyss AG in Lyss, die in ihrer Apotheke Grippeimpfungen anbietet. «Wer Interesse hat, kann vorbeikommen. Ich empfehle, sich vorgängig anzumelden», so Daniela Friedli. Die Apothekerin kann alle Personen ab 16 Jahren impfen. Sie empfiehlt die Grippeimpfung allen Personen, vor allem allen über 65-Jährigen, da das Immunsystem mit dem Alter schwächer wird.

Komplikationen. Bei älteren Personen wie auch bei Säuglingen, Schwangeren oder Menschen mit einer chronischen Erkrankung kann die Grippe «alles andere als harmlos verlaufen», so das Bundesamt für Gesundheit (BAG). Die Grippe könne zu schweren Komplikationen führen. Die Impfung schützt nicht nur das Individuum und sein privates und berufliches Um-

feld sondern auch Personen mit einem erhöhten Komplikationsrisiko. «Dazu auch Menschen, die sich nicht impfen lassen können», ergänzt Daniela Friedli.

Die Grippeimpfung hat begonnen und dauert bis zum Beginn der Grippewelle, die oft im Dezember bis Januar über die Schweiz schwappt. Daniela Friedli: «Wer sich gegen Grippe schützen will, sollte bedenken, dass der Schutz erst zwei Wochen nach der Impfung eintritt.»

Einen guten Schutz vor einer Ansteckung bieten auch die Hygienemassnahmen, wie die Leute sie im Zusammenhang mit Covid-19 gelernt haben: Hände waschen, Abstand halten, Hygienemaske tragen usw. «Wegen dieser Massnahmen hatten wir letztes Jahr wenige Grippefälle», erinnert sich Daniela Friedli. Diese Aussage wird durch die Tatsache untermauert, dass es im vergangenen Winterhalbjahr Spitäler in der Schweiz gab, die praktisch keine an Grippe erkrankten Patientinnen und Patienten behandeln mussten.

Weil die Grippe letztes Jahr quasi ausgefallen ist, erscheint es umso ratsamer, sich jetzt gegen Grippe impfen zu lassen. Das Immunsystem musste sich lange nicht mit Viren herum schlagen. Es kann daher anfälliger sein, was zu schwereren Verläufen führen kann. «Wer sich jährlich gegen Grippe impfen lässt, hat einen besseren

Schutz als jene, die sich ein einziges Mal impfen lassen», erklärt Daniela Friedli.

Wirksamkeit. Ein Forschungsteam des Universitätsspitals Basel und der Universität Basel beschäftigt sich seit Jahren mit dem Gedächtnis des Immunsystems und konzentriert sich dabei auf die T-Helferzellen (TFH). Sie orchestrieren die anderen Immunzellen und unterstützen sie unter anderem bei der Produktion von Antikörpern. Die Forscherinnen und Forscher beschreiben in einer Studie einen neuen Typ von TFH in der Lunge. Dieser würde die antikörperproduzierenden Immunzellen im Lungengewebe unterstützen. Es mache gemäss Forscherin Nivedya Swarnalekha Sinn, dass der Körper ein Reservoir dieser Zellen in dem Gewebe anlege, das von der Infektion betroffen war und wo gleiche oder ähnliche Erreger wieder eindringen könnten. Diese T-Helferzellen könnten ein interessanter Ansatzpunkt für länger wirksame Grippeimpfungen sein, meint Co-Erstautor der Studie, David Schreiner.

Der Grippeimpfstoff besteht aus Fragmenten von Influenzaviren von vier Grippevirstämmen, wie Apothekerin Daniela Friedli sagt. Da sich die Grippeviren verändern, wird der Impfstoff gemäss den aktuellen Empfehlungen der Weltgesundheitsorganisation (WHO) angepasst. Wichtig: «Covid-19- und Grippeimpfung vertragen sich gut», so Daniela Friedli. Zu beachten gelte, dass die Grippeimpfung gegen Grippeviren schützt, nicht aber gegen Erkältungsviren.

Und auch nicht gegen Corona-Viren, weil Covid-19 keine Grippe ist. ■

PRÉVENTION

Le prochain vaccin est prêt

Depuis des mois, la population se vaccine contre la Covid-19. Le prochain vaccin arrive vendredi avec la journée nationale de vaccination contre la grippe.

PAR
ANDRÉ
JABERG

Ce que beaucoup espéraient ne s'est pas réalisé l'année dernière, et ne se réalisera pas cette année non plus: que le vaccin contre la Covid-19 protège simultanément contre le coronavirus et les virus de la grippe. Cependant, la Covid-19 et la grippe ont des points communs: ces deux maladies peuvent avoir des évolutions graves, voire fatales.

Ni la Covid-19 ni la grippe ne doivent être prises à la légère. Ce qui vaut pour la Covid-19 vaut aussi pour la grippe: «C'est la vaccination qui offre la meilleure protection», affirme Daniela Friedli, pharmacienne à la Bahnhof-Apotheke Lyss AG à Lyss, qui propose de vacciner contre la grippe dans sa pharmacie. «Toute personne intéressée peut simplement passer. Toutefois, je recommande de s'inscrire à l'avance», précise Daniela Friedli. La pharmacienne peut vacciner toute personne âgée de plus de 16 ans. Elle recommande la vaccination contre la grippe à tous, mais en priorité aux personnes de plus de 65 ans, car le système immunitaire s'affaiblit avec l'âge.

Complications. Chez les personnes âgées, ainsi que chez les bébés, les femmes enceintes ou les patients atteints d'une maladie chronique, la grippe peut être «tout sauf bénigne», selon l'Office fédéral de la santé publique (OFSP). Elle peut en-

traîner de graves complications. La vaccination contre la grippe protège la personne vaccinée, mais aussi son environnement privé et professionnel ainsi que tous ceux qui présentent un risque accru de complications. «Et toutes les personnes qui ne peuvent pas se faire vacciner», ajoute Daniela Friedli.

La saison de la vaccination a commencé et dure jusqu'au début de l'épidémie de grippe qui frappe souvent la Suisse en décembre ou janvier. Daniela Friedli: «On doit garder à l'esprit que la protection n'est effective qu'une quinzaine de jours après la vaccination.» Les mesures d'hygiène préconisées dans le cadre de la Covid-19 assurent aussi une bonne protection contre les infections. Soit se laver les mains, garder ses distances, porter un masque, etc. «Grâce à ces mesures, nous n'avons eu que quelques rares cas de grippe l'an dernier», se souvient Daniela Friedli. Ceci est étayé par le fait qu'au cours du dernier semestre d'hiver, certains hôpitaux n'ont eu à traiter presque aucun patient atteint d'une grippe.

La grippe ayant été pratiquement absente en 2020, il est d'autant plus conseillé de se faire vacciner cette année. Le système immunitaire n'a pas eu à faire face à ces virus depuis longtemps. Il risque donc d'être moins performant, ce qui pourrait entraîner des évolutions plus graves. «Ceux qui se font vacciner contre la

grippe chaque année ont une meilleure protection que ceux qui se font vacciner une seule fois», explique Daniela Friedli.

Efficacité. Une équipe de chercheurs de l'Hôpital universitaire et de l'Université de Bâle étudie depuis des années la mémoire du système immunitaire, en se concentrant sur les lymphocytes T auxiliaires (Tfh). Ceux-ci orchestrent les autres cellules immunitaires, et les aident notamment à produire des anticorps. Dans une étude publiée cette année, les chercheurs décrivent un nouveau type de Tfh dans les poumons. Il permettrait de soutenir localement l'action des cellules immunitaires productrices d'anticorps dans le tissu pulmonaire. Selon la chercheuse Nivedya Swarnalekha, il est logique que l'organisme crée un réservoir de telles cellules dans un tissu qui a été touché par l'infection et qui est susceptible d'être à nouveau atteint par des pathogènes identiques ou voisins. Ces lymphocytes T auxiliaires pourraient constituer un point de départ intéressant pour la mise au point de vaccins antigrippaux à action prolongée, estime le coauteur de l'étude, David Schreiner.

Le vaccin contre la grippe est constitué de fragments de virus provenant de quatre souches de grippe différentes, explique Daniela Friedli. Les virus évoluant régulièrement, le vaccin pour l'automne est toujours adapté en fonction des dernières recommandations de l'Organisation mondiale de la santé (OMS). Il faut noter que «les vaccins contre la Covid-19 et la grippe sont bien tolérés». Mais attention, le vaccin protège contre les virus de la grippe, mais pas contre les virus des refroidissements. Et pas non plus contre le coronavirus, car la Covid-19 n'est pas une grippe. ■

DER RAT LE CONSEIL

DANIELA FRIEDLI,
BAHNHOF-APOTHEKE LYSS AG, LYSS



PHOTO: JOEL SCHWEIZER

«Im vergangenen Jahr gab es keine eigentliche Grippewelle, weil die vom Bund angeordneten Schutzmassnahmen wirkten, sich die Menschen schützten und so auch die Grippeviren von sich fernhielten. Unser Immunsystem ist deshalb jedoch ein wenig 'lahmgelegt'. Ich stelle fest, dass im Moment beispielsweise mehr Menschen erkältet sind als noch vor einem Jahr. Deshalb ist jetzt respektive anlässlich des nationalen Impftages von diesem Freitag der richtige Zeitpunkt, sich gegen die Grippe impfen zu lassen. Es ist zudem sinnvoll, die Schutzmassnahmen – Hände waschen, Abstand halten, Hygienemaske tragen – auch jetzt zu befolgen, um sich nicht nur gegen Covid-19, sondern auch gegen die Grippe zu schützen.»

«L'année dernière, il n'y a pas eu de véritable vague de grippe parce que les mesures de protection ordonnées par la Confédération ont fonctionné, les gens se sont protégés et ont donc également tenu les virus de la grippe à distance. Mais, en conséquence, notre système immunitaire est un peu 'paralysé'. Je remarque par exemple qu'en ce moment, les rhumes sont plus fréquents qu'il y a un an. C'est pourquoi maintenant, ou plutôt à l'occasion de la journée nationale de vaccination de ce vendredi, c'est le bon moment pour se faire vacciner contre la grippe. Il est également judicieux de continuer à respecter les mesures de protection – se laver les mains, garder ses distances, porter un masque d'hygiène – pour se protéger non seulement contre la Covid-19, mais aussi contre la grippe.»

NEWS

Vom 1. bis zum 12. Oktober sind 8757 Meldungen über vermutete unerwünschte Arzneimittelwirkungen, die in zeitlichem Zusammenhang mit den Covid-19 Impfungen aufgetreten sind, ausgewertet worden. Die Betroffenen waren im Mittel 53,3 Jahre alt, wobei 14,7 Prozent 75 Jahre oder älter waren. In den als schwerwiegend eingestuften Fällen lag das mittlere Alter bei 56,1 Jahren, und bei Meldungen in zeitlichem Zusammenhang mit einem Todesfall bei 79,8 Jahren. In 150 der schwerwiegendsten Fälle sind Personen in unterschiedlichem zeitlichen Abstand zur Impfung gestorben. Trotz einer zeitlichen Assoziation gibt es in keinem Fall konkrete Hinweise, dass die Impfung die Ursache für den Todesfall war.

Entre le 1^{er} et le 12 octobre 2021, 8757 déclarations d'effets indésirables présumés de vaccins contre la Covid-19, pour lesquels un lien temporel avec la vaccination a été constaté, avaient été évalués. Les personnes concernées étaient âgées en moyenne de 53,3 ans, et parmi elles, 14,7% avaient 75 ans ou plus. Dans les cas considérés comme graves l'âge moyen était de 56,1 ans, et dans les déclarations faisant état de décès concomitants à la vaccination la moyenne s'établissait à 79,8 ans. Dans 150 de ces cas graves, l'on a dû déplorer le décès de la personne vaccinée après un laps de temps plus ou moins long. Malgré la concordance temporelle, rien n'indique concrètement que le vaccin soit à l'origine du décès.



Ihre Apotheke - die erste Anlaufstelle für Gesundheitsfragen von A bis Z.

Votre pharmacie – le premier point de repère pour toute question de santé.

UNSERE KUNDENKARTE

Treue Kunden werden bei uns belohnt. Bei jedem Einkauf ab 20 Franken oder beim Bezug von rezeptpflichtigen Medikamenten schenken wir Ihnen einen RegioPharm Treuepunkt. Bereits mit 10 gesammelten Punkten ist Ihre Kundenkarte beim nächsten Einkauf 5 Franken wert. Oder Sie lassen sich dafür gratis Ihren Blutdruck messen.

CARTE CLIENT

Chez nous, les clients fidèles sont récompensés. Lors de chaque achat d'un montant de 20 francs et plus, ou lors du retrait de médicaments sur ordonnance, nous vous offrons un point de fidélité RegioPharm. Après avoir collecté 10 points, votre carte vaut déjà 5 francs lors d'un prochain achat. Ou vous permet de vous faire gratuitement mesurer la pression.

www.regiopharm.ch

PLUS

**IHRE REGIOPHARM APOTHEKEN
VOS PHARMACIES REGIOPHARM**

BIEL / BIENNE

Battenberg Apotheke Mettstrasse 144
Durtschi Peter 032 341 55 30

Apotheke Dr. Hysek Bözingenstr. 162
Dr. Hysek Cédric 032 345 22 22

Pharmacie Dufour Rue Dufour 89
Boillat Yves 032 342 46 56

NIDAU

Schloss Apotheke Nidau Hauptstrasse 30
Favre Karin 032 331 93 42

LYSS

Apotheke Lyssbach Steinweg 26
032 384 54 54

Bahnhof-Apotheke Lyss Bahnhofstrasse 6
Daniela Friedli 032 384 13 70

RECONVILIER

Pharmacie Bichsel Rte de Tavannes 1
Bichsel Bernard 032 481 25 12