

Grippe-Impfung 2025/2026 für Senioren: Efluelda® oder Fluad®

Der DSTG-Seniorenbeirat Berlin macht darauf aufmerksam, dass die [Ständige Impfkommission](#) (STIKO) beim [Robert Koch-Institut](#) im Epidemiologischen Bulletin [44|2024](#) und [29/2025](#) eine neue Empfehlung für die [Grippeimpfung 2025/2026](#) veröffentlicht hat. Für die Grippesaison 2025/2026 stehen für Seniorinnen und Senioren zwei spezielle Impfstoffe zur Auswahl. Die STIKO schätzt beide Impfstoffe als gleichwertig ein, um Influenzaerkrankungen und mögliche Komplikationen zu verhindern.

Ältere Menschen haben oft eine reduzierte Immunantwort, so dass die Grippeimpfung weniger wirksam sein kann als bei jüngeren Erwachsenen. Deshalb wurden Hochdosis-Impfstoffe (zugelassen für Personen ab 60 Jahren) beziehungsweise wirkverstärkte (MF-59 adjuvantierte) Impfstoffe (zugelassen ab 50 Jahren) entwickelt. Hochdosis- und wirkverstärkte Impfstoffe haben im Vergleich zu inaktivierten Influenza-Standard-Impfstoffen eine leicht aber signifikant bessere Wirksamkeit bei Senioren.

[Bisher](#) wurde für Seniorinnen und Senioren der hochdosierte Grippeimpfstoff [Efluelda®](#) von [Sanofi](#) Aventis Deutschland GmbH, der im Vergleich zu [herkömmlichen Grippeimpfstoffen](#) eine vierfache Dosis Antigen pro Stamm enthält, als Standardimpfung empfohlen. Nun rückt der Untereinheitenimpfstoff [Fluad®](#) von [Seqirus](#) GmbH, der einen Wirkverstärker enthält, auf die gleiche Ebene wie Efluelda®. Der Gemeinsame Bundesausschuss ([G-BA](#)) hat jetzt die Schutzimpfungs-Richtlinie geändert, Personen ab 60 Jahren können neben dem Influenza-[Hochdosisimpfstoff](#) auch den [adjuvantierten Grippeimpfstoff](#) erhalten.

Für die Impfsaison 2025/2026 haben Ruheständler daher die Auswahl zwischen zwei Impfstoffen:

1. [Efluelda®](#) ist ein Hochdosisimpfstoff, der – verglichen mit standarddosierten Grippeimpfstoffen – mit vierfacher Antigenmenge (60 µg statt 15 µg) das Immunsystem durch mehr Virusbestandteile stimuliert.

- Efluelda® ist ein trivalenter inaktivierter in befruchteten Hühnereiern vermehrter Spaltimpfstoff aus drei [angepassten Virus-Stämmen](#) (Influenza A H1N1, Influenza A H3N2, Influenza B) gemäß der [WHO-Empfehlung](#) speziell für Menschen ab 60 Jahren. Die Viren wurden inaktiviert und gespalten, sodass sie keine Erkrankung auslösen, aber dennoch eine Immunantwort hervorrufen.
- Efluelda® ist nicht geeignet bei Ei-Allergie oder Formaldehyd-Unverträglichkeit.



2. [Fluad®](#) ist ein trivalenter, inaktivierter Spaltimpfstoff, der mit einem speziellen Wirkverstärker (Adjuvans) namens MF59 ausgestattet ist. Er wurde entwickelt, um die Immunantwort bei älteren Menschen zu verbessern – insbesondere bei Personen mit einem altersbedingt schwächeren Immunsystem.

- Fluad® ist ein Impfstoff, der empfohlen wird für Personen ab 60 Jahren (Zulassung ab 50 Jahren) zum Schutz vor Influenza (Grippe). Fluad® enthält Proteine aus drei verschiedenen inaktivierten Stämmen der Influenza-Viren vom Typ A und B (Typ A H1N1, Typ A H3N2 und ein Typ-B-Stamm). Sie werden gemäß der offiziellen Empfehlung für die jährliche Grippesaison ausgewählt. Der Impfstoff enthält außerdem ein Adjuvans, das die Wirksamkeit des Impfstoffs verstärkt. Auch die in Fluad® verwendeten Viren werden in befruchteten Hühnereiern gezüchtet.
- Fluad® ist nicht geeignet bei Ei-Allergie oder Unverträglichkeit gegenüber Formaldehyd, Kanamycin, Neomycin oder MF59-Bestandteilen.

Eine leichte [Hühnerei-Allergie](#) ist keine Kontraindikation für die Grippeimpfung. Bei schwerer anaphylaktischer Reaktion wird als Alternative ein egg-free Impfstoff wie Flucelvax® (zellbasierter, Hühner-eiweiß-freier trivalenter Grippeimpfstoff) empfohlen, um das Risiko allergischer Reaktionen zu minimieren.

Efluelda® und Fluad® sind aktuelle Grippeimpfstoffe, die speziell für ältere Erwachsene entwickelt wurden, aber sie setzen auf unterschiedliche Strategien, um das Immunsystem zu aktivieren. Die STIKO schätzt beide Impfstoffe als gleichwertig ein, um Influenzaerkrankungen und mögliche Komplikationen zu verhindern. Beide Impfstoffe haben eine verbesserte Wirksamkeit im Vergleich zu Standard-Grippeimpfstoffen. Für Menschen ab 60 Jahren empfiehlt die STIKO eine jährliche Grippeimpfung.

Die Impfung sollte wie gewohnt bis zum [Beginn der Grippewelle](#) zwischen Oktober und Mitte Dezember erfolgen. Die Grippewelle beginnt im November oder Dezember und dauert bis März des Folgejahres.

Zwei Wochen nach der Impfung beginnt der Impfstoff zu wirken. Eine Impfung ist auch noch während der Grippewelle sinnvoll, sie schützt dann nicht mehr vor einer Infektion, kann aber die Schwere der Erkrankung und die Dauer der Symptome reduzieren.

Nebenwirkungen von Grippeimpfungen dürften allen DSTG-Mitgliedern bekannt sein, wie z. B. Rötung, Schwellung an der Einstichstelle oder Schmerzen am Arm. Aber auch allgemeine Symptome wie Fieber, Müdigkeit oder Kopfschmerzen können auftreten. Das Immunsystem von älteren Menschen reagiert oft weniger stark, daher sind Nebenwirkungen meist auch milder als bei Jüngeren. Die Impfreaktionen klingen nach einigen Tagen wieder ab. Hochdosis- (wie [Efluelda®](#)) oder adjuvantierte Impfstoffe (wie [Fluad®](#)) bieten besseren Schutz, können aber auch eine etwas stärkere Impfreaktion hervorrufen.

Der Grippeimpfstoff für diese Altersgruppe ist ein Totimpfstoff – ein inaktivierter Impfstoff. Mit dem Impfstoff werden dem Körper nur abgetötete oder abgeschwächte Krankheitserreger präsentiert, die sich nicht mehr vermehren und die Erkrankung nicht auslösen können. Durch einen Totimpfstoff wird weder die Krankheit hervorgerufen, noch können Impfviren an Dritte weitergegeben werden.

Gut zu wissen: die Grippeimpfung kann keine Grippe auslösen! Die Grippeimpfung kann gleichzeitig – jeweils an unterschiedlichen Armen – mit der [COVID-19](#)- oder der [RSV-Impfung](#) verabreicht werden.

Die Mitglieder des DSTG-Seniorenbeirats Berlin empfehlen allen DSTG-Mitgliedern sich über die Impfstoffe eingehend ärztlich beraten zu lassen und danach die Entscheidung zu treffen!

Nach [§ 132e Absatz 1a](#) SGB V und [§ 20c](#) Infektionsschutzgesetz (IfSG) dürfen geschulte Apothekerinnen und Apotheker Impfungen mit Totimpfstoffen (z. Z. COVID-19 und Grippe) in der Apotheke durchführen. PKV-Versicherte erhalten zur Erstattung der Grippe-Impfung eine Rechnung.

Bundesinstitut für Öffentliche Gesundheit

Impfen-info ist ein Informationsangebot des Bundesinstituts für Öffentliche Gesundheit ([BIÖG](#)); bisher: *Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA)*. Das BIÖG nimmt Aufgaben der Prävention und Gesundheitsförderung auf Bundesebene wahr und entwickelt Konzepte, Strategien und Maßnahmen mit Kooperationspartnern und setzt diese in Kampagnen, Programmen und Projekten um. Das BIÖG entwickelt Medien und Materialien für die Praxis und Informationsangebote für Bürgerinnen und Bürger, erreichbar telefonisch und online.



impfen-info.de
Wissen, was schützt.

Schützen Sie sich. Jährliche Impfung ab 60.

Kommen Sie der Grippe zuvor.

Die jährliche Grippeimpfung wird empfohlen für über 60-Jährige, Menschen mit chronischen Erkrankungen sowie für Schwangere und medizinisches Personal.

- >>> Broschüre: [Grippeimpfung - Schützen Sie sich. Jährliche Impfung ab 60](#)
- >>> Broschüre: [Grippeimpfung - Schützen Sie sich. Jährliche Impfung für chronisch Kranke](#)
- >>> Infoblatt: [Faktenblatt vom Robert-Koch-Institut](#)
- >>> Infoblatt: [Fragen und Antworten zur Grippeimpfung](#)
- >>> Infoblatt: [Sicherheit und Wirksamkeit der Grippeimpfung](#)