

Gripeschutz ist Sepsisschutz – wenn aus einer Grippe ein lebensbedrohlicher Notfall wird

Sepsis-Stiftung - Iljana Schmitz

Grippe betrifft nicht nur die Atemwege. Sie kann in den medizinischen Notfall Sepsis übergehen. Zum Beginn der Grippezeit macht die Sepsis-Stiftung auf diesen Zusammenhang aufmerksam und ruft zur Wahrnehmung der empfohlenen Schutzimpfungen auf.

Berlin, 8. Oktober 2026. Fieber, Husten, einige Tage im Bett: So stellen sich viele Menschen eine Grippe vor. Dass ein lebensbedrohlicher Grippeverlauf häufig auf eine Sepsis zurückgeht, ist weit weniger bekannt. Die potentielle Gefährlichkeit von Influenza wird häufig noch immer unterschätzt. Die Weltgesundheitsorganisation WHO bezeichnet Sepsis als die gemeinsame Endstrecke der meisten tödlich verlaufenden Infektionen – auch der Influenza.

Eine Sepsis entsteht, wenn der Abwehrkampf des Körpers gegen eine Infektion eigene Gewebe und Organe schädigt. Unbehandelt führt Sepsis meistens innerhalb kürzester Zeit zu Multiorganversagen, Schock und Tod.

„Eine schwere Influenza bleibt nicht auf eine primäre Infektion der Atemwege beschränkt, sondern kann durch das Eindringen von Viren in die Blutbahn zu einer viralen Sepsis/Blutvergiftung führen. Durch Schädigungen der Schleimhäute begünstigt eine Influenza außerdem auch bakterielle Superinfektionen, z. B. durch Pneumokokken oder Staphylokokken und muss dann zusätzlich durch Antibiotika behandelt werden“, erklärt Gründungspräsident der Sepsis-Stiftung Prof. Konrad Reinhart und betont: „Die in Deutschland im internationalen Vergleich viel zu niedrigen Impfquoten gegen Grippe und Pneumokokken tragen zur überhöhten Sepsissterblichkeit in Deutschland bei.“

Grippewellen fordern Tausende Menschenleben

„Während der COVID-19-Pandemie 2020/2021 und 2021/2022 fiel die Grippewelle aufgrund der Infektionsschutzmaßnahmen nahezu komplett aus. Das verdeutlicht die Wirksamkeit von Präventionsmaßnahmen“, betont die Hausärztin und Vorstandsmitglied der Sepsis-Stiftung Dr. Irmgard Landgraf. „Aus diesem Grund kann ich in meiner Praxis nahezu alle Patientinnen und Patienten, die ein erhöhtes Infektionsrisiko haben, von der Schutzwirkung von Impfen überzeugen“, so Dr. Landgraf weiter.

Die Zahl der Todesfälle schwankt erheblich. Als Orientierungswert für durchschnittliche Grippewellen werden in Deutschland jährlich etwa 3.000 bis 10.000 Todesfälle angegeben. Für 1968/1969 („Hongkong-Grippe“) werden bis zu 40.000 Todesfälle in Deutschland geschätzt, für 1995/1996 etwa 30.000 und für 2014/2015 rund 21.300. Die Grippewelle 2017/2018, die stärkste der letzten Jahrzehnte, forderte schätzungsweise 25.100 Menschenleben. Für 2022/2023, eine starke Welle nach der Pandemie, werden etwa 9.300 Todesfälle angegeben. Demgegenüber ergab die Schätzung für 2013/2014 nahezu keine Übersterblichkeit.

Überleben bedeutet oft nicht vollständige Genesung

Viele Überlebende schwerer Grippe-Erkrankungen leiden unter langfristigen Organschäden, kognitiven Beeinträchtigungen, chronischer Fatigue, kardiovaskulären Folgeschäden sowie einer deutlich erhöhten Reinfektions- und Sterblichkeitsrate in den Monaten nach dem Klinikaufenthalt.

„Die oft als Long Flu oder Long COVID bezeichneten Beschwerden überschneiden sich stark mit den Folgen einer Sepsis, dem Post-Sepsis-Syndrom“, ergänzt Prof. Dr. Dr. h. c. mult. Bernd Böttiger, ML, Vorstandsvorsitzender der Sepsis-Stiftung. „In Deutschland sterben jährlich etwa 140.000 Menschen an Sepsis. Von den rund 360.000 Überlebenden leiden etwa 75 Prozent unter teils schweren Langzeitfolgen.“

Vorbeugen, bevor aus einer Grippe eine Sepsis wird

Die Gripeschutzimpfung senkt das Risiko einer Influenza-Erkrankung und schwerer Verläufe. Damit ist sie ein wichtiger Teil der Sepsisprävention. Die Sepsis-Stiftung ruft dazu auf, die Impfeempfehlungen der Ständigen Impfkommission wahrzunehmen. Wo eine Pneumokokken-Impfung empfohlen ist, gehört auch sie zur Vorsorge.

Pressekontakt: Iljana Schmitz · E-Mail: presse@sepsis-stiftung.de · Mobil: 01628755451
Weitere Informationen über Sepsis: <https://sepsis-stiftung.de>

Primäre Quellen zum Thema:

Fleischmann-Struzek et al.: [Long COVID und Post-Sepsis-Syndrom](#), *Critical Care*, 2024;
[Langzeitfolgen nach Sepsis](#), *JAMA Network Open*, 2021; Quinn et al.: [Langzeitfolgen nach COVID-19, Influenza und Sepsis](#), *JAMA Internal Medicine*, 2023.

Weitere Quellen: <https://sepsis-stiftung.de/literatur>