Heinz Reichert
Facharzt für Innere Medizin / Hausärztliche Versorgung

Unsere Impfempfehlungen 2026

Aktuelle Informationen für unsere Patientinnen und Patienten

Stand: 15. November 2026

Impfungen schützen vor schweren Infektionskrankheiten und ihren Folgen. Welche Impfung für Sie sinnvoll ist, hängt vor allem von Ihrem Alter, Ihren Vorerkrankungen und Ihrem bisherigen Impfschutz ab. Hier finden Sie die wichtigsten Empfehlungen der Ständigen Impfkommission (STIKO) im Überblick.

Corona (COVID-19)

Die STIKO empfiehlt eine Corona-Impfung einmal jährlich, möglichst im Spätsommer oder Frühherbst, für alle Menschen ab 75 Jahren.

Auch jüngere Menschen mit bestimmten Erkrankungen, die das Risiko eines schweren Verlaufs erhöhen, sowie Bewohnerinnen und Bewohner von Pflegeeinrichtungen und bestimmte Beschäftigte im Gesundheits- und Pflegebereich sollen jährlich geimpft werden. Dies kann auch für enge Kontaktpersonen besonders immungeschwächter Menschen gelten.

Für gesunde Erwachsene unter 75 Jahren ist eine jährliche Corona-Impfung normalerweise nicht mehr vorgesehen. Eine frühere Regel, nach der alle Erwachsenen drei Impf- oder Infektionskontakte nachweisen sollten, gilt seit Juli 2026 nicht mehr. Wir prüfen die persönliche Empfehlung gern mit Ihnen.

Grippe (Influenza)

Die Grippeimpfung wird jedes Jahr im Herbst empfohlen – insbesondere allen Menschen ab 60 Jahren, Schwangeren, Menschen mit bestimmten chronischen Erkrankungen und Personen mit erhöhtem beruflichem Infektionsrisiko.

Für Menschen ab 60 Jahren empfiehlt die STIKO einen besonders wirksamen Hochdosis-Impfstoff oder einen Impfstoff mit Wirkverstärker (MF59). Da sich Grippeviren verändern, ist die Impfung jedes Jahr erneut sinnvoll.

Pneumokokken (Prevenar 20)

Pneumokokken können schwere Lungenentzündungen, Blutvergiftungen und Hirnhautentzündungen verursachen. Allen Menschen ab 60 Jahren wird eine einmalige Impfung mit Prevenar 20 (PCV20) empfohlen.

Bei bestimmten chronischen Erkrankungen, einer Immunschwäche oder anderen Risikofaktoren ist diese Impfung auch schon in jüngerem Alter sinnvoll. Ob nach einer früheren Pneumokokken-Impfung noch Prevenar 20 benötigt wird, hängt vom damals verwendeten Impfstoff und vom Impfabstand ab.

Nach einer Impfung mit Prevenar 20 ist derzeit keine routinemäßige Wiederholungsimpfung empfohlen.

Heinz Reichert
Facharzt für Innere Medizin / Hausärztliche Versorgung

Gürtelrose (Herpes zoster, Shingrix)

Gürtelrose kann sehr schmerzhaft verlaufen und lang anhaltende Nervenschmerzen hinterlassen. Die Impfung mit Shingrix wird für alle Menschen ab 60 Jahren empfohlen.

Bereits ab 18 Jahren kann sie bei einer Immunschwäche oder bestimmten schweren chronischen Erkrankungen empfohlen sein, beispielsweise bei schwerem Diabetes, COPD, chronischer Nierenerkrankung oder einer immunsuppressiven Behandlung.

Für den vollständigen Schutz sind zwei Impfungen im Abstand von zwei bis sechs Monaten erforderlich. Auch nach einer früher durchgemachten Gürtelrose kann die Impfung sinnvoll sein.

RSV (Respiratorisches Synzytial-Virus)

RSV kann besonders bei älteren oder schwer vorerkrankten Menschen schwere Atemwegsinfektionen und Lungenentzündungen verursachen.

Die STIKO empfiehlt eine einmalige RSV-Impfung für alle Menschen ab 75 Jahren. Menschen zwischen 60 und 74 Jahren sollen geimpft werden, wenn sie eine schwere relevante Grunderkrankung haben oder in einer Pflegeeinrichtung leben.

Der beste Zeitpunkt ist der Spätsommer oder Herbst vor der RSV-Saison. Eine jährliche Wiederholung wird derzeit nicht empfohlen.

Für Neugeborene und Säuglinge wird in ihrer ersten RSV-Saison ein anderer Schutz empfohlen: die vorsorgliche Gabe eines speziellen Antikörpers (Nirsevimab). Dies ist keine klassische Impfung und wird in der kinderärztlichen Betreuung organisiert.

Tetanus, Diphtherie und Keuchhusten (Pertussis)

Erwachsene sollen ihren Impfschutz gegen Tetanus (Wundstarrkrampf) und Diphtherie alle zehn Jahre auffrischen. Bei der nächsten fälligen Auffrischung soll einmalig auch gegen Keuchhusten geimpft werden – mit einem Kombinationsimpfstoff (Tdap).

Besonders wichtig ist der Keuchhustenschutz, wenn ein Baby erwartet wird: Schwangere sollen in jeder Schwangerschaft ab der 28. Schwangerschaftswoche gegen Keuchhusten geimpft werden, bei drohender Frühgeburt bereits früher.

Eltern, Geschwister, Großeltern und andere enge Kontakt- oder Betreuungspersonen eines Neugeborenen sollen ihren Keuchhustenschutz auffrischen, wenn ihre letzte Keuchhustenimpfung zehn Jahre oder länger zurückliegt – möglichst spätestens vier Wochen vor der Geburt. Auch Beschäftigte im Gesundheitswesen und in Gemeinschaftseinrichtungen sollen alle zehn Jahre gegen Keuchhusten geimpft werden.

Das ist wichtig, weil Keuchhusten für Säuglinge besonders gefährlich sein kann und Erwachsene die Infektion übertragen können, auch wenn sie selbst nur leicht erkranken.

Heinz Reichert
Facharzt für Innere Medizin / Hausärztliche Versorgung

Unser Tipp: Impfpass mitbringen

Bringen Sie Ihren Impfpass zu Ihrem nächsten Praxisbesuch mit. Wir prüfen, welche Impfungen für Sie empfohlen sind, ob Auffrischungen fehlen und welche Impfungen sich bei einem Termin kombinieren lassen.

Diese Übersicht richtet sich vor allem an Erwachsene und ersetzt keine individuelle ärztliche Impfberatung. Für Kinder gelten zusätzlich die altersabhängigen Impfempfehlungen.

Quellen (STIKO / Robert Koch-Institut)

- STIKO-Empfehlungen 2026, Epidemiologisches Bulletin 4/2026 (22.01.2026)
- Aktualisierung der COVID-19-Impfempfehlung, Epidemiologisches Bulletin 28/2026 (09.07.2026)
- RKI: COVID-19-Impfempfehlung, Stand 27.07.2026
- RKI: Influenza-Impfempfehlung und RSV-Impfempfehlung, Stand 10.09.2026
- RKI: Pneumokokken-Impfempfehlung, Stand 23.03.2026; Gürtelrose-FAQ, Stand 04.02.2026