

CII

*Wie kann ich
mein Immunsystem
unterstützen?*



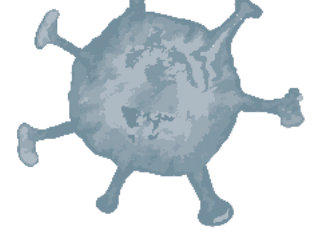
Liebe Patientin, lieber Patient,

die chronische lymphatische Leukämie, kurz CLL, ist in westlichen Industrieländern die häufigste Leukämie bei Erwachsenen. Bei dieser Blutkrebsart vermehrt sich unkontrolliert eine Untergruppe weißer Blutkörperchen. Dabei handelt es sich um die sogenannten B-Lymphozyten. Auch wenn Sie bei der Diagnose der CLL noch keine Beschwerden haben, kann die große Anzahl weißer Blutkörperchen bei einer Blutuntersuchung schon entdeckt werden. Ältere Menschen sind häufiger betroffen, obwohl CLL in jeder Altersgruppe auftreten kann.¹

Die weißen Blutkörperchen spielen eine wichtige Rolle in unserer Immunabwehr und schützen unseren Körper vor Infektionen, wie etwa Grippe oder COVID-19. Sind zu viele erkrankte, nur noch eingeschränkt funktionsfähige weiße Blutkörperchen vorhanden und gesunde weiße Blutkörperchen werden verdrängt, kann der körpereigene Schutz vermindert sein. Zusätzlich können Therapien die Immunabwehr einschränken. Diese Faktoren tragen dazu bei, dass CLL-Patient:innen anfälliger für Infekte sein können.²

Es gibt jedoch einiges, was Sie nun tun können, um Ihre Gesundheit zu schützen. Neben Dingen, die Sie in Ihrem Alltag selbst tun können, gibt es auch Maßnahmen, die Ihr Arzt oder Ihre Ärztin durchführen kann, um Ihr Immunsystem zu unterstützen. In dieser Broschüre möchten wir Ihnen als betroffener Person, aber auch Ihren Angehörigen, wichtige Tipps und Hinweise zum Infektionsschutz geben.

INHALTSVERZEICHNIS



1. CLL und erhöhte Infektanfälligkeit	
Was sind die Hintergründe?	4
2. Infektionsherde	
Was sind Übertragungswege und Infektanzeichen?	6
3. Schutzmaßnahmen	
Wie können Sie sich schützen?	8
4. Impfungen und zusätzlicher Schutz	
Was schützt vor Grippe und COVID-19?	9



Weiterführende Informationen finden Sie unter

www.cll-info.de

Oder: Öffnen Sie ganz einfach die **Kamerafunktion** Ihres **Smartphones** und halten die **Kamera auf den QR-Code**. Nach kurzer Zeit erscheint ein **Feld auf Ihrem Smartphone-Bildschirm**. **Tippen Sie einfach darauf, um auf die Informations-Webseite zu gelangen!**

1. CLL UND ERHÖHTE INFEKTANFÄLLIGKEIT

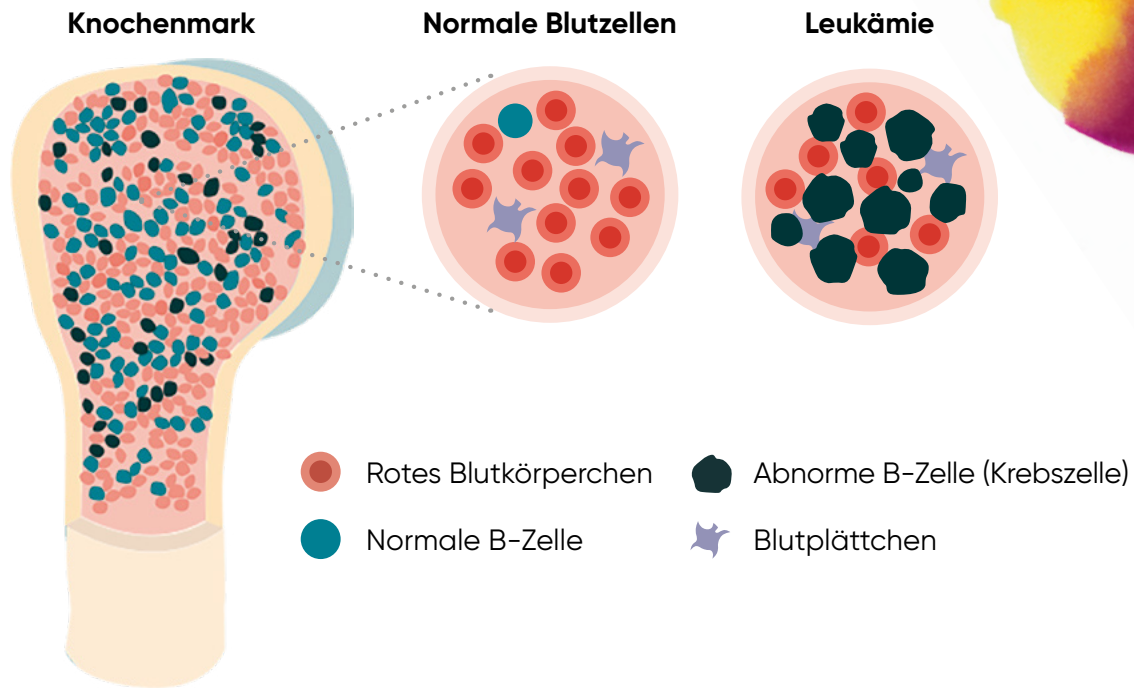
Was sind die Hintergründe?

Bei der chronischen lymphatischen Leukämie (CLL) ist eine Gruppe der weißen Blutkörperchen betroffen.¹ Während rote Blutkörperchen 99 % der festen Blutbestandteile ausmachen, sind weiße Blutkörperchen normalerweise nur sehr wenige vorhanden.² Weiße Blutkörperchen erfüllen zentrale Aufgaben in unserer Immunabwehr: Sie wandern durch das Blut und durch Lymphbahnen, um bei der Abwehr von Erregern wie Viren oder Bakterien zu unterstützen. Verschiedene Gruppen weißer Blutkörperchen erfüllen dabei unterschiedliche Aufgaben.³ Von den meisten potenziellen Infekten bekommen wir gar nichts mit, weil unser Immunsystem sie rechtzeitig erkennt und uns schützt.

Bei der CLL vermehrt sich eine Gruppe dieser weißen Blutkörperchen, die sogenannten B-Lymphozyten (B-Zellen), unkontrolliert. Aufgabe der B-Zellen ist die Bildung sogenannter Abwehrweiße (Antikörper), welche für den Schutz vor Eindringlingen wie Viren und Bakterien eine wichtige Rolle spielen. Nach einer Weile sterben B-Zellen normalerweise ab, sodass Platz für neue Zellen ist. Die veränderten B-Zellen tun dies nicht.³

Die unkontrollierte Vermehrung erkrankter weißer Blutkörperchen führt zu einem Anschwellen von Lymphknoten, der Milz und der Leber.¹ Außerdem sind die erkrankten weißen Blutkörperchen nur noch eingeschränkt funktionsfähig und verdrängen aufgrund ihrer großen Anzahl andere, gesunde Blutkörperchen. Dies betrifft sowohl rote Blutkörperchen, die alle Teile des Körpers mit Sauerstoff versorgen, als auch Blutplättchen, die wichtig für das Stillen von Blutungen sind. Auch die Anzahl gesunder, für die Immunabwehr wichtiger weißer Blutkörperchen vermindert sich.³

Mehr Informationen zur CLL finden Sie unter: www.cll-info.de



Sind zu wenig weiße Blutkörperchen vorhanden, fehlt ein wichtiger Teil der Immunabwehr. Sie kann nicht mehr richtig arbeiten und vor Infekten schützen.² Dies kann eine erhöhte Infektanfälligkeit zur Folge haben, was sich zum Beispiel in einer hartnäckigen Halsentzündung, Fieber oder immer wiederkehrenden Atemwegsinfekten äußern kann.⁴

Aber nicht nur die Erkrankung an sich, sondern auch einige Therapien können als Nebenwirkung eine erhöhte Infektanfälligkeit und eine gesenkte Anzahl der weißen Blutkörperchen mit sich bringen.

2. INFektionSHERDE

Was sind Übertragungswege und Infektanzeichen?

Wie Sie bereits erfahren haben, besteht bei Vorliegen einer CLL und/oder deren Behandlung ein erhöhtes Infektionsrisiko durch Viren, Bakterien oder Pilze.² Aber wo begegnen wir diesen potenziellen Krankheitserregern? Im Alltag gibt es viele Situationen, die Ansteckungsgefahren bergen. Wenn Sie diese kennen, lassen sich Infektionen leichter vermeiden.

Ansteckungsgefahren im Alltag:²



Menschenansammlungen
(z. B. im öffentlichen Nahverkehr, in Einkaufszentren, im Wartezimmer bei Ihrem Arzt/Ihrer Ärztin, etc.)



Verunreinigte Lebensmittel
und mangelnde Hygiene in
der Küche



Kontakt mit Personen mit
Erkältungen oder grippalen
Infekten, z. B. auch im
Familienkreis



Haustiere können Sie
seelisch unterstützen,
bergen aber auch ein
Infektionsrisiko. Fragen Sie
Ihren Arzt/Ihre Ärztin, wie Sie
das Risiko minimieren.

Manchmal lässt es sich nicht verhindern: Der Infekt ist da. Was tun? Da Ihr Immunsystem geschwächt ist, sollten Sie auf jeden Fall ärztlichen Rat suchen und sich schonen.

Achten Sie auf diese Symptome beziehungsweise Anzeichen eines Infekts:⁴



Körpertemperatur
über 37,5 °C



Schwindel/Verwirrtheit



Husten, Schnupfen,
Atemnot, Halsweh



Abgeschlagenheit



Schüttelfrost



Gliederschmerzen



Durchfall länger
als 48 Stunden



Rötungen oder Bläschen auf
Haut und Schleimhaut



Mehr Informationen zum Schutz
vor Infekten finden Sie unter:

**[www.cll-info.de/leben-mit-cll/
umgang-mit-symptomen/](http://www.cll-info.de/leben-mit-cll/umgang-mit-symptomen/)**

3. SCHUTZMAßNAHMEN

Wie können Sie sich schützen?

Stärken Sie Ihr Immunsystem zum Beispiel durch regelmäßige körperliche Bewegung und eine vollwertige Ernährung inkl. wichtiger Vitamine, wie z.B. Vitamin C oder Zink.^{4,5} Sie können außerdem einige einfache Maßnahmen ergreifen, um sich vor möglichen Infektionen zu schützen:



Halten Sie ausreichend Abstand zu anderen Menschen, insbesondere wenn diese erkennbar erkrankt sind



Achten Sie auf Hygiene in der Küche, um Ansteckungen über verunreinigte Lebensmittel zu vermeiden



Waschen beziehungsweise desinfizieren Sie sich regelmäßig die Hände



Impfungen können einen wichtigen Schutz vor Infektionen bieten



Tragen Sie in Alltagssituationen, in denen Sie nicht zuverlässig Abstand halten können, einen medizinischen Mund-Nase-Schutz



Weiteren Schutz erhalten Sie, wenn sich z. B. auch die Personen in Ihrem häuslichen Umfeld impfen lassen



Lüften Sie regelmäßig



Wirkt bei Ihnen eine Impfung nachweislich nicht, können Antikörper zusätzlichen Schutz bieten

4. IMPFUNGEN UND ZUSÄTZLICHER SCHUTZ

Was schützt vor Grippe und COVID-19?

Eine besonders hohe Ansteckungsgefahr für uns alle besteht in der kalten Jahreszeit.⁶ Vorbeugend können Sie sich an einige Schutzmaßnahmen halten, wie Sie sie zum Beispiel auch im vorherigen Kapitel dieser Broschüre finden.

Eine zusätzliche Unterstützung für Ihr Immunsystem bieten Schutzimpfungen.⁷ Diese sollen der körpereigenen Immunabwehr im Fall eines Infektes ermöglichen, Abwehrkräfte (sogenannte Antikörper) zu bilden, um uns wirksam zu schützen. Besonders immundefiziente Personen, d. h. Menschen mit einer Immunschwäche, wie sie zum Beispiel bei CLL auftreten kann, sind durch steigende Infektzahlen in den Wintermonaten gefährdet.⁶

Die ständige Impfkommission (STIKO) am Robert-Koch-Institut (RKI) empfiehlt immundefizienten Personen einen möglichst umfassenden Schutz durch Impfungen. Dies beinhaltet unter anderem die Empfehlung für Schutzimpfungen gegen COVID-19 und Grippe. Dabei ist zu beachten, dass bei immundefizienten Menschen die Immunantwort auf die Impfung eingeschränkt sein kann.⁷ Sprechen Sie dazu mit Ihrem Arzt oder Ihrer Ärztin. Diese können mit Ihnen entscheiden, welche Impfungen wann für Sie wichtig sind.



Sprechen Sie darüber hinaus mit Ihrem Arzt oder Ihrer Ärztin inwieweit eine Impfung gegen das **Respiratorische Synzytial-Virus (RSV)**, ein weit verbreitetes Atemwegsvirus, notwendig sein kann. Insbesondere immundefiziente Personen mit maligner hämatologischer Erkrankung haben ein Risiko, an einer schweren RSV-bedingten Pneumonie zu erkranken.⁸

Impfung gegen Grippe

Eine echte Grippe (hervorgerufen durch das Influenza-Virus) ist nicht das gleiche wie ein grippaler Infekt oder eine Erkältung und kann lebensbedrohlich sein. Sie wird durch Grippeviren ausgelöst, die eine akute Erkrankung der Atemwege verursachen. Grippeviren verändern sich fortlaufend, sodass der Impfstoff immer wieder neu angepasst wird.⁹ Die STIKO empfiehlt eine jährliche Impfung vor der Grippezeit unter anderem für Personen mit Immundefizienz.⁷

Trotz potenziell eingeschränkter Immunabwehr ist die Grippeimpfung eine wichtige Schutzmaßnahme für CLL-Patient:innen. So kann die Wahrscheinlichkeit einer Grippeinfektion reduziert werden. Eine Grippe-Schutzimpfung vor Start einer CLL-Therapie wird empfohlen.⁷

Impfung gegen COVID-19

Die Medienpräsenz von COVID-19 ist im vergangenen Jahr stark zurückgegangen. Dennoch ist COVID-19 immer noch eine ernstzunehmende Erkrankung, insbesondere für Menschen ab 60 Jahren oder mit Vorerkrankungen, wie einer Immundefizienz. Für Menschen mit einer Immundefizienz ist das Risiko für einen schweren Verlauf von COVID-19 erhöht. Sie gelten als „besonders gefährdete Personen“ oder als Risikopatient:innen. Deshalb empfehlen Expert:innen der STIKO, sich gegen COVID-19 impfen zu lassen und die Impfung mit entsprechendem zeitlichem Abstand zweimal auffrischen zu lassen. Darüber hinaus werden für Risikopatient:innen weitere Auffrischungsimpfungen empfohlen, welche normalerweise im Abstand von jeweils 12 Monaten erfolgen sollten. Außerdem können auch schon für die Basisimmunität weitere Impfstoffgaben erforderlich werden. Um dies zu entscheiden, kann eine Untersuchung der Impfantwort des Immunsystems notwendig sein. Dabei wird die Menge der durch die Impfung spezifisch gegen das Coronavirus gebildeten Antikörper überprüft (**Antikörpertiter**). Die STIKO empfiehlt zudem für enge Kontaktpersonen, zum Beispiel im Familienkreis, eine jährliche Auffrischungsimpfung gegen das Coronavirus. Die Impfung kann nicht nur vor schweren Verläufen der Erkrankung schützen, sondern auch Langzeitfolgen verringern.^{7,10}

NOTIZEN

Für Fragen rund um die CLL
kontaktieren Sie uns gerne über
Az-Patienten@astrazeneca.com!

INFORMATIONSQUELLEN:

1. Onkopedia-Leitlinie: Chronische Lymphatische Leukämie (CLL); <https://www.onkopedia.com/de/onkopedia/guidelines/chronische-lymphatische-leukaemie-cll/@@guideline/html/index.html> (zuletzt aufgerufen am 29.04.2026).
2. Deutsches Krebsforschungszentrum in der Helmholtz-Gemeinschaft (dkfz), Krebsinformationsdienst; <https://www.krebsinformationsdienst.de/chronische-lymphatische-leukaemie> (zuletzt aufgerufen am 29.04.2026).
3. Deutsche Krebshilfe; <https://www.krebshilfe.de/informieren/ueber-krebs/krebsarten/chronische-lymphatische-leukaemie-cll> (zuletzt aufgerufen am 29.04.2026).
4. Leitlinienprogramm Onkologie: Patientenleitlinie „Chronische Lymphatische Leukämie“; https://www.leitlinienprogramm-onkologie.de/fileadmin/user_upload/Downloads/Patientenleitlinien/Patientenleitlinie_CLL_1810011.pdf (zuletzt aufgerufen am 29.04.2026).
5. Deutsche Gesellschaft für Ernährung e.V.; <https://www.dge.de/wissenschaft/referenzwerte/> (zuletzt aufgerufen am 29.04.2026).
6. AstraZeneca, Informationen zum Schutz vor COVID-19; <https://www.mehr-schutz.de/> (zuletzt aufgerufen am 13.09.2023).
7. Ständige Impfkommission (STIKO) am Robert Koch-Institut (RKI); https://www.rki.de/DE/Aktuelles/Publikationen/Epidemiologisches-Bulletin/2026/04_26.pdf?__blob=publicationFile&v=6 (zuletzt aufgerufen am 29.04.2026).
8. Robert Koch-Institut (RKI) Infektionsschutz; https://gpk.de/downloadp/STIKO_2024_Bulletin_KW_01_RKI-Ratgeber-RSV-Infektionen.pdf (zuletzt aufgerufen am 29.04.2026).
9. Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung; <https://www.infektionsschutz.de/erregersteckbriefe/grippe-influenza/> (zuletzt aufgerufen am 29.04.2026).
10. Deutsche Gesellschaft für Hämatologie und Medizinische Onkologie (DGHO), aktuelle Impfempfehlungen; https://www.dgho.de/publikationen/stellungnahmen/gute-aerztliche-praxis/coronavirus/230918_covid-19-boosterimpfung.pdf (zuletzt abgerufen am 29.04.2026).