

# GÜRTELROSE IST NICHT HARMLOS

*Die Gürtelrose (Herpes Zoster) entsteht durch Viren, die nach einer Windpockenerkrankung weiter im Körper schlummern. Diese Erreger können Jahre später aktiv werden und eine Gürtelrose hervorrufen. Eine Impfung kann Sie schützen!*



Die Erstinfektion mit dem Varicella-Zoster-Virus findet meist in der Kindheit statt und verursacht Windpocken. Nachdem die Infektion überstanden ist, ziehen die Viren entlang der Nervenbahnen zu den Nervenwurzeln und verbleiben dort in einem inaktiven Zustand. Ein gesundes Immunsystem hält das Varicella-Zoster-Virus zeitlebens in Schach. Ist das Immunsystem jedoch geschwächt, z.B. durch Vorerkrankungen, ein hohes Lebensalter oder Stress, werden die Viren aktiv und können einen Herpes Zoster auslösen.

## Wie zeigt sich die Gürtelrose?

Nach ersten Symptomen wie Kopfschmerzen, Abgeschlagenheit und Fieber entsteht ein roter gürtelförmiger Ausschlag mit vielen kleinen Bläschen auf der Haut, rund um den Betroffenen Nerv – normalerweise nur auf einer

Körperhälfte. Oft kommen brennende Schmerzen und Taubheitsgefühle auf der Haut hinzu. Nach etwa drei bis fünf Tagen platzen die Bläschen und verschorfen.

Die Gürtelrose kann auch im Gesicht, an den Beinen, Armen oder Händen sowie am Gesäß auftreten. Auch die Hirnnerven bleiben von den Viren nicht verschont. Betroffen ist oft der Nervus trigeminus, der für die Versorgung des Gesichts verantwortlich ist. In solchen Fällen breitet sich der Ausschlag auf Stirn, Nase, Auge und der Kopfhaut aus.

Ganz selten kommt es zu einer Gürtelrose ohne Hautausschlag. Die betroffene Hautpartie schmerzt sehr stark, zeigt jedoch keine

Rötung. Sonderformen der Infektion ist die Gürtelrose, die sich auf dem gesamten Körper ausbreitet oder eine Infektion, die beide Körperhälften betrifft.

## Achtung Infektionsgefahr!

Windpocken sind sehr ansteckend. Fast jeder Mensch, der noch keine Windpocken hatte, infiziert sich bei Kontakt zu einer Person mit Windpocken selbst. Denn das Varizella-Zoster-Virus wird durch Tröpfcheninfektion (Husten und Niesen) übertragen. Aber auch die Flüssigkeit der Windpockenbläschen ist ansteckend. Die Gürtelrose ist dagegen weniger ansteckend. Nur die Flüssigkeit in den Bläschen





ist infektiös. Daher sollten Betroffene nicht am Hautausschlag kratzen. Durch das Aufkratzen der Bläschen gelangt der hochinfektiöse Inhalt an die Finger. Von dort kann er auf die Umgebung verteilt werden, etwa auf Türklinken oder Besteck. Wenn Gesunde diese Gegenstände berühren und sich dann unbewusst an Mund oder Nase greifen, können die Viren übertragen werden. Anstecken können sich Personen, die keine Windpockenerkrankung durchgemacht haben, oder gegen Windpocken geimpft sind.

### Welche Komplikationen können auftreten?

Impfreaktionen sind laut STIKO häufig, aber von kurzer Dauer. Bei etwa jedem Zehnten treten innerhalb von zwei Tagen Lokalreaktionen (Schmerzen an der Injektionsstelle, Rötung und Schwellung) oder systemische Reaktionen (Fieber, Müdigkeit, Schmerzen von Muskulatur und Kopf) auf, die Alltagsaktivitäten einschränken können. In einigen Fällen kommt es zu schweren Langzeitfolgen:

- Post-Zoster-Neuralgie
- Vernarbung
- Bakterielle Infektion

- Hornhaut- und Bindehautentzündung bis hin zur Erblindung (Zoster ophthalmicus)
- Entzündung des Hörnervs mit der Gefahr der Ertaubung (Zoster oticus)
- Lähmungen, insbesondere Lähmung der Gesichtsmuskulatur (Facialisparese)
- Hirnhautentzündung

### Was ist die Post-Zoster-Neuralgie?

Eine schwerwiegende Komplikation der Gürtelrose ist der Post-Zoster-Nervenschmerz. Nachdem der Hautausschlag verheilt ist, können die Schmerzen über Jahre weiter bestehen. Ungefähr 10 - 20 Prozent aller unbehandelten Patienten entwickeln diese chronische Komplikation. Gefährdet sind vor allem ältere Menschen.

### Wie wird Gürtelrose behandelt?

Eine schnelle Behandlung mit Virustatika ist besonders wichtig um die Vermehrung der Viren zu stoppen. Begleitend verschreibt der Arzt schmerzlindernde und entzündungshemmende Medikamente.

### Wie schütze ich mich?

Die Ständige Impfkommission (STIKO) empfiehlt die Impfung gegen Gürtelrose mit einem Totimpfstoff:

- allen Personen ab 60 Jahren
- allen Personen ab 50 Jahren, deren Immunsystem durch Krankheit oder Behandlung geschwächt ist
- allen Personen ab 50 Jahren mit Grunderkrankungen wie Diabetes, rheumatoider Arthritis, chronisch entzündlichen Darmerkrankungen, COPD (chronisch obstruktive Lungenerkrankung) und Asthma

### Vorsicht in der Schwangerschaft

Personen mit Immunschwäche sowie Schwangere sollten den Kontakt mit Menschen, die an Gürtelrose erkrankt sind, unbedingt meiden. In der Schwangerschaft kann eine Infektion mit dem Varicella-Zoster-Virus vor der 24. Schwangerschaftswoche sowie kurz vor der Geburt zu Missbildungen des Kindes bzw. Schwangerschaftskomplikationen führen. ●

**Verfasserin:** Verena Nittka

**Quellen:**

1. BzgA: <https://hausarzt.link/y2ZKP>
2. Robert Koch - Institut: Ratgeber - Windpocken (Varizellen), Gürtelrose (Herpes Zoster)
3. Informationsportal des Instituts für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen (IQWiG): <https://hausarzt.link/qieqN> (Stand: 16.06.2021)

**Sprechen Sie uns gerne an, wenn Sie noch Fragen haben!**

**Praxisstempel**



Weitergabe an Patienten ist ausdrücklich erwünscht!