

HERPES ZOSTER

# Wissenswertes über die Gürtelrose

Ist sie ansteckend?  
Wer ist davon betroffen?  
Kann man ihr vorbeugen?  
Ärztin Bettina Schlagenhauff verrät alles Wissenswerte rund um die schmerzhafteste Hauterkrankung Herpes Zoster und wie sie sich richtig behandeln lässt.



Auf einen kribbelnden, brennenden Schmerz folgt meistens ein Ausschlag mit Bläschen.

## 1 Name

**GÜRTELROSE** ist eine Bezeichnung für Herpes Zoster. Der Name entstand aufgrund der häufig von der Wirbelsäule aus gürtelförmig und meist halbseitig ausstrahlenden entzündlichen Hautveränderungen. Hautentzündungen verschiedener Art wurden früher «Rose» genannt. Eine Gürtelrose kann allerdings auch im Gesicht sowie an Armen und Beinen auftreten.

## 2 Häufigkeit

**ÄLTERE PERSONEN** ab 50 Jahren erkranken häufiger an Gürtelrose als jüngere. Fachpersonen gehen davon aus, dass aktuell 20 bis 25 Prozent aller Schweizerinnen und Schweizer mindestens einmal im Leben davon betroffen sind. Insgesamt nimmt die Häufigkeit der Erkrankung zu – Tendenz steigend. Eine mögliche Begründung dafür ist die steigende Lebenserwartung.

## 3 Ursache

**DER TRIGGER** für eine Gürtelrose ist das Varizella-Zoster-Virus (VZV). Die meisten Menschen infizieren sich während ihrer Kindheit mit dem VZV und erkranken dabei mehr oder weniger stark – zum Teil auch unerkant – an Windpocken. Das Virus schlummert dann lebenslang in unserem Nervengewebe und kann jederzeit unter bestimmten Bedingungen reaktiviert werden.

## 4 Auslöser

**IST UNSER IMMUNSYSTEM** geschwächt, kann das Varizella-Zoster-Virus aktiviert werden. Verschiedene Krankheiten, selten auch Impfungen sowie die Einnahme von gewissen Medikamenten, die unser Immunsystem beeinflussen, können eine Gürtelrose auslösen. Aber auch bei gesunden Menschen kommt es im Laufe des Lebens zu einer altersbedingten Immunschwäche.

## 5 Ansteckung

**DIE FLÜSSIGKEIT** der Bläschen ist infektiös, weil sie Viren enthält. Kommt eine bisher noch nicht infizierte Person damit in Kontakt, kann sie zunächst zwar keine Gürtelrose bekommen, aber an Windpocken erkranken. Darum sollte während der akuten Phase einer Gürtelrose auf engen Körperkontakt verzichtet werden. Vorsicht ist beim Kontakt mit Schwangeren geboten, weil Windpocken für die werdende Mutter und das Kind gefährlich sind.

## 6 Komplikationen

**BESONDERS ÄLTERE BETROFFENE** beklagen sich häufig über den lang anhaltenden Schmerz, die sogenannte Post-Zoster-Neuralgie. Tritt eine Gürtelrose im Gesicht im Gebiet des Hirnnervs Trigemini auf, kann es zu einer Augenbeteiligung mit dem Risiko einer Erblindung kommen. Selten treten weitere schwerwiegende Komplikationen wie zum Beispiel Schwindel oder Lähmungserscheinungen auf. Diese variieren und sind von der betroffenen Körperstelle abhängig.



Dr. med. Bettina Schlagenhauff, Fachärztin für Hautkrankheiten, Vorstandsmitglied der Schweizerischen Gesellschaft für Dermatologie und Venerologie (SGDV).

## 7 Symptome

**TYPISCH** ist ein Hautausschlag mit Rötungen, Bläschen und Pusteln, der einseitig in einem von einem bestimmten Nerv versorgten Hautsegment auftritt. Dieser wird häufig von starken Schmerzen im betroffenen Gebiet begleitet, die gelegentlich Wochen bis Monate nach der Abheilung anhalten.

## 8 Risiken

**BEGINNEN BETROFFENE** rasch mit einer Behandlung, können sie den Verlauf abschwächen. Handeln sie zu spät, riskieren sie Komplikationen. Dann ist in vielen Fällen eine stationäre Behandlung im Spital nötig. Auch das Risiko einer Post-Zoster-Neuralgie, die mit monatelangen Schmerzen verbunden ist, kann durch eine frühzeitige medikamentöse Therapie vermieden werden.

## 9 Vorbeugung

**EINE IMPFUNG** stärkt die durch die Windpocken hervorgerufene Abwehr. So wird das Risiko einer Gürtelrose vermindert oder der Krankheitsverlauf abgeschwächt. Eine Post-Zoster-Neuralgie kann nahezu ganz verhindert werden. Gesunde Personen sollten sich ab 65, solche mit einer schweren Immunschwäche ab 18 Jahren impfen lassen.

## 10 Therapie

**WIRKSAME MEDIKAMENTE**, welche die Virenvermehrung stoppen und die Heilung beschleunigen, sind vorhanden. Zusätzlich werden die Hautentzündungen mit Cremes lokal behandelt. Und es können Schmerzmedikamente nötig sein. Bei älteren oder immungeschwächten Betroffenen und bei Gürtelrose im Gesicht muss bei den ersten Anzeichen sofort mit einer medikamentösen Therapie begonnen werden. Bei jungen Menschen und leichter Gürtelrose am Körper genügt gelegentlich eine lokale Therapie mit speziellen Cremes oder Lotionen.

Die Seite wurde zusammengestellt von Vanessa Kim.

„Meine Arbeit ist mir wichtig. Meine Gesundheit auch.“

Sina Odermatt. Ausbildungsleiterin, Mountainbikerin, Köchin

Burgerstein unterstützt auch Sie in Ihrem Alltag mit den besten Mikronährstoffen. [www.burgerstein.ch](http://www.burgerstein.ch)

ERHÄLTICH IN IHRER APOTHEKE ODER DROGERIE – GESUNDHEIT BRAUCHT BERATUNG.

50 JAHRE  
Burgerstein Vitamine

DAanke FÜR IHR VERtrauen

Fotos: Getty Images, HO