

09. Januar 2018

Gürtelrose: Schmerzender Ausschlag

Vor allem ältere Menschen können an Herpes Zoster, einer Gürtelrose, erkranken. Auslöser einer Gürtelrose sind Varizella-Zoster-Viren aus der Familie der Herpes-Viren, die auch Windpocken verursachen. Der Ausschlag ist oftmals besonders schmerzhaft. In Deutschland erkranken daran etwa 400.000 Menschen jährlich.

Viele Menschen stecken sich bereits in frühester Kindheit mit Varizella-Zoster-Viren an und erkranken daraufhin an Windpocken (Varizellen). Wenn die Erkrankung überstanden ist, nisten sich die Viren in den Nervenwurzeln im Bereich des Rückenmarks oder in den Hirnnerven ein. Sie ruhen dort lange Zeit, ohne Beschwerden zu bereiten. Bestimmte Auslöser können sie wecken, zum Beispiel ein geschwächtes Immunsystem infolge einer Erkrankung, bei höherem Lebensalter oder großem Stress. Dann vermehren sie sich erneut und wandern am betroffenen Nerv entlang in die Haut. Durch die Vermehrung der Viren in den Hautzellen entstehen eine Entzündung und der typische Hautausschlag. "Eine Gürtelrose können auch Menschen bekommen, die gegen Windpocken geimpft sind", sagt Olaf Krebs, Teilprojektleiter bei der AOK Hessen.

Immunisierung möglich

Seit 2004 empfiehlt die Ständige Impfkommission (STIKO) am Robert Koch-Institut, Kinder zwischen dem elften und 14. Lebensmonat und im Alter von 15 bis 23 Monaten gegen Varizellen immunisieren zu lassen. Menschen, die an einer Gürtelrose erkranken, fühlen sich anfangs meist abgeschlagen und müde, eventuell tritt leichtes Fieber auf. Nach zwei bis drei Tagen leiden sie unter brennenden oder stechenden Schmerzen im betroffenen Bereich, gefolgt von leichten Hautrötungen mit kleinen Knötchen. Aus den Knötchen entwickeln sich innerhalb weniger Stunden kleine Bläschen, die jucken können. Nach einigen Tagen trocknen die Bläschen aus und verkrusten. Am häufigsten tritt der schmerzende Hautausschlag am Rumpf oder Brustkorb auf. Typischerweise tritt der Ausschlag nur auf einer Körperhälfte auf. „Bei einem normalen Verlauf ohne Komplikationen heilt eine Gürtelrose bei Erwachsenen innerhalb von zwei bis vier Wochen folgenlos ab“, informiert Krebs. Wenn die Viren das Auge befallen, können sie dort eine Entzündung der Hornhaut verursachen. Sind Hör- und Gesichtsnerven betroffen, können Hörprobleme, Schwindel und eine Gesichtslähmung auftreten.

Nur scheinbar abgeheilt

Etwa zehn bis 20 von hundert Menschen leiden infolge der Nervenentzündung auch dann noch monatelang unter starken Schmerzen, wenn der Ausschlag bereits abgeheilt ist. Vor allem ältere Patienten sind gefährdet, eine solche sogenannte Post-Zoster-Neuralgie zu entwickeln. „Eine frühzeitige Behandlung ist ratsam, besonders bei einer Gürtelrose im Gesicht. Der Allgemeinmediziner oder Hautarzt kann eine Gürtelrose an den typischen Symptomen meist gut erkennen“, meint Krebs. Der Juckreiz lässt sich mit Lotionen, Gelen oder Puder lindern, die Schmerzen mit Medikamenten.

Bläschen nicht aufkratzen

Wer an einer Gürtelrose erkrankt ist, sollte die mit Flüssigkeit gefüllten Bläschen nicht aufkratzen, da sich die Haut sonst entzünden kann und Narben zurückbleiben können. Außerdem ist eine Gürtelrose so lange ansteckend, bis alle Bläschen ausgetrocknet sind und die letzte Kruste abgefallen ist. Bis dahin sollten Erkrankte den direkten

körperlichen Kontakt mit Menschen meiden, die noch keine Windpocken hatten, da sich diese sonst anstecken können. Wer sich ansteckt, erkrankt zunächst an Windpocken, nicht an einer Gürtelrose.

AOK Hessen