

Patientenmerkblatt Gürtelrose (Herpes Zoster)

Sehr geehrte Patientin, sehr geehrter Patient,

Sie leiden an einem Herpes zoster, der umgangssprachlich auch Gürtelrose genannt wird. Im Folgenden möchten wir Ihnen einige kurze Informationen zu Ihrer Erkrankung sowie zur weiteren Behandlung geben.

Was Sie wissen sollten

Der Herpes Zoster ist eine Hauterkrankung, die durch das Windpockenvirus (Varizella Zoster) verursacht wird. Nach durchgemachter Windpockeninfektion kann das Virus lebenslang im Bereich der Nervenwurzeln **überleben** ohne Beschwerden zu verursachen. Im Rahmen einer abgeschwächten Immunabwehr wie z. B. bei Personen höheren Lebensalters, durch Stress, Tumore oder Infekte kann es im Laufe des Lebens jedoch zu einer Reaktivierung der Viren kommen. Diese wandern dann entlang der Nervenbahnen zu dem diesem Nerven zugehörigen Hautareal (Dermatom), wo sie sich vermehren und entzündliche kleinblasige Veränderungen an der Haut verursachen. Dadurch entsteht das charakteristische Bild eines Herpes zoster.



Vor Beginn erster Hautveränderungen verspüren viele Patienten zunächst Juckreiz, Schmerzen, Kribbeln oder Berührungsempfindlichkeit in unterschiedlicher Stärke. Auch eine Einschränkung des Allgemeinbefindens ist nicht selten. Danach kommt es zur Ausbildung der typischen gürtelförmigen Hautveränderungen in Form von gruppiert stehenden Bläschen auf gerötetem Grund meistens streng einseitig entlang der Dermatome. Betroffen sein kann jede **Körperregion**, zumeist jedoch Rumpf oder Gesicht.

Eine Ansteckung ist nur über den direkten Kontakt mit dem Bläscheninhalt bis zur vollständigen Verkrustung der Hautveränderungen (in der Regel bis 5–7 Tage nach Beginn) möglich. Das Risiko ist jedoch um ein vielfaches geringer als bei der Windpockeninfektion, welche auch durch Tröpfcheninfektion übertragen werden kann. Eine Ansteckung kann daher durch Vermeidung eines direkten Kontaktes mit dem Bläscheninhalt, Abdecken der Hautveränderungen und regelmäßige Händedesinfektion im Regelfall verhindert werden. Direkter Kontakt mit nicht geimpften Personen, Immungeschwächten und Schwangeren sollte dennoch vermieden werden.

Behandlungsmethoden

Eine Therapie sollte möglichst zeitnah (innerhalb von 3 Tagen nach Auftreten der ersten Symptome) angestrebt werden, um eine schnelle Genesung zu gewährleisten und Komplikationen zu vermeiden.

Je nach Ausprägung und Lokalisation der Symptome kann die Therapie der Gürtelrose variieren. In leichten Fällen kann eine Therapie mit antiviralen Tabletten, die über 7 Tage eingenommen werden müssen, ausreichend sein. In schweren Fällen, bei abwehrgeschwächten Patienten oder bei Befall besonderer Lokalisationen wie des Kopf- und Gesichtsbereiches erfolgt eine antivirale Infusionstherapie über die Vene, die mehrmals täglich im Rahmen eines stationären Aufenthaltes verabreicht werden müssen. Begleitet werden diese Maßnahmen mit einer äußerlichen Therapie mit antiseptischen oder austrocknenden Cremes.

Bei dem Befall des Gesichtes muss zusätzlich eine gleichzeitige Mitbeteiligung der Augen, der Mundschleimhaut oder der Ohren ausgeschlossen bzw. gleichzeitig mitbehandelt werden.

Zusätzlich erfolgt die konsequente Behandlung der Schmerzen oder auch Missempfindungen durch die Einnahme von Schmerzmitteln, um ein chronisches Schmerzsyndrom zu vermeiden.

Was kann ich selbst tun und wie verhalte ich mich nach der Entlassung aus dem Krankenhaus?

Im Rahmen der Krankenhausbehandlung erfolgt in der Regel eine tägliche Abfrage der Schmerzintensität (Skala von 1 bis 10, wobei 1 wenig Schmerzen und 10 unerträgliche Schmerzen bedeuten). Sie sollten diese stets offen und ehrlich äußern, um die Medikation individuell auf Ihre Bedürfnisse anpassen zu können. Die Faustregel lautet, dass der Schmerz stets unter einem Wert von 4 liegen sollte. Auch nach Entlassung und Abheilung der Hautveränderungen kann die Einnahme von Schmerzmitteln weiterhin notwendig sein, häufig über ca. 3 Monate. Dies wird vom behandelnden Arzt jeweils individuell festgelegt und wenn nötig angepasst.

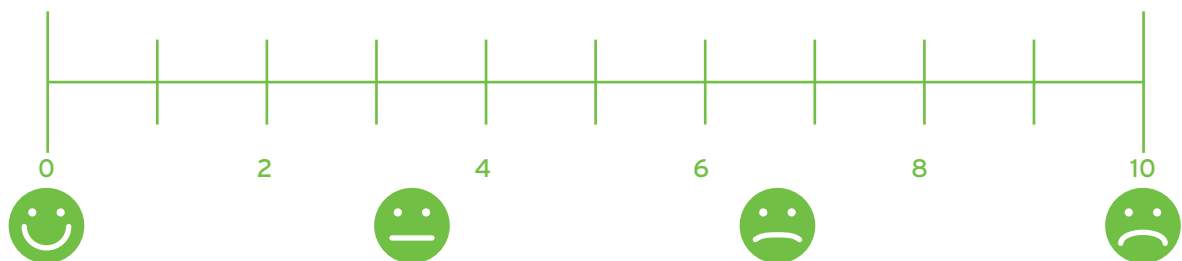


Abb. 1: Beispiel Schmerz-Skala zur Beurteilung der Schmerzintensität



Um Narbenbildung im Bereich der Hautveränderungen zu vermeiden, sollten Sie jegliche Manipulation unterlassen (z. B. „Abknibbeln“ der Krusten). Unterstützend wird die Anwendung von z. B. antibakteriellen Salben 1-2 x täglich bis zur Abheilung der Hautveränderungen empfohlen. Sie erhalten bei Entlassung dafür ein Rezept.



Prinzipiell sollten Sie sich im Falle einer Gürtelrose körperlich schonen und Stress vermeiden. Saunabesuche, Schwimmen, sportliche Aktivitäten etc. sollten erst nach vollständiger Genesung wieder wahrgenommen werden.

Zumeist kommt es zu einer vollständigen Rückbildung der Schmerzen und auch der Hautveränderungen.

Wir hoffen, wir konnten Ihnen mit diesen Informationen ein wenig weiterhelfen. Sollten noch weitere Fragen bestehen, so sprechen Sie uns gerne an.

Mit freundliche Grüßen

Ihr Team der Hautklinik