

SO ENTSTEHT GÜRTELROSE

- 1 Wird ein Mensch erstmals mit dem Varizella-Zoster-Virus angesteckt, erkrankt er an Windpocken.
- 2 Nach der Abheilung nisten sich die Viren in den Ganglien der Nervenaustritte am Rückenmark ein, wo sie jahrzehntelang schlummern können.
- 3 Die Viren können bei einem geschwächten Immunsystem wieder aktiv werden und die Nerven entzünden.
- 4 Dies verursacht schmerzhafte Hautausschläge, Herpes Zoster genannt oder im Volksmund: Gürtelrose.

DIE SCHLAFENDE GEFAHR

Rote, juckende Flecken auf der Haut sind häufig die ersten Anzeichen einer Gürtelrose. Was harmlos klingt, stammt von einem schlummernden Virus und kann brennende Schmerzen auslösen. Es sei denn, man reagiert, bevor es brenzlich wird.

— Text Stefan Müller

Es sollte ein freudiger Familienurlaub in Spanien werden, anlässlich ihres sechzigsten Geburtstags. Doch die Ferien im Sommer 2019 sind Franziska Meier* aus einem ganz anderen Grund unvergesslich geblieben.

Gegen Ende der Ferien begann plötzlich ihre Kopfhaut stark zu brennen. «Ich fragte mich, ob ich einen Sonnenbrand eingefangen hatte», erinnert sich die heute 62-Jährige. Denn am Tag zuvor sei sie der Sonne stark ausgesetzt gewesen. Sie dachte deshalb, das sei nicht so schlimm, und ging nicht sofort zum Arzt.

Ein paar Tage wartete sie im Hotelzimmer ab. Die Beschwerden wurden jedoch schlimmer. Fieber kam hinzu. Ein roter, schmerzender Ausschlag breitete sich über das ganze Gesicht aus, zudem schwellen die Augen zu. Jetzt machten sich Franziska Meier und ihr Mann ernsthaft Sorgen und wandten sich an das nächste Spital. «Die Ärzte sprachen von ‹Zoster-Viren›, was wir zunächst gar nicht verstanden», sagt die Innerschweizerin. Erst später wurde ihr klar: Die Rede war von Gürtelrose.

Die Gürtelrose ist eine plötzlich auftretende Viruserkrankung, in der Fachsprache Herpes Zoster genannt. «Zoster»

bedeutet in Altgriechisch «Ledergürtel». Sie wird vom gleichen Virus verursacht wie die Windpocken, in der Schweiz auch «wilde Blattern» genannt. Verwandt ist das Virus mit den Herpesviren, die Fieberbläschen verursachen. Manchmal ist es deshalb nicht leicht, einen Herpes Zoster von anderen Hauterkrankungen zu unterscheiden. Sicherheit schafft eine Laboruntersuchung der Bläschenflüssigkeit.

Bei der Gürtelrose kommt es typischerweise zu einem schmerzhaften, ju-

ckenden Hautausschlag. Rote Pusteln und Bläschen treten dabei gruppiert auf, meist einseitig an Brustkorb oder Bauch, aber auch am Hals, seltener im Gesicht oder an der Kopfhaut. Manchmal fehlt der Ausschlag auch komplett. «Juckreiz, Kribbeln oder brennende Schmerzen treten nicht selten schon einige Tage vorher an diesen Stellen auf», erklärt Bettina Schlagenhauff von der Schweizerischen Gesellschaft für Dermatologie und Venerologie.

Kontakt zu Schwangeren meiden

Die Krankheit ist vor allem für Menschen ansteckend, die noch nie Windpocken hatten oder nicht dagegen geimpft wurden. Sie können daran erkranken. Insbesondere sollten Patientinnen und Patienten mit Gürtelrose den Kontakt zu Schwangeren meiden. Denn Windpocken in der Schwangerschaft sind für Mutter wie Kind gefährlich. Gürtelrose selber bekommt man selten ein zweites Mal.

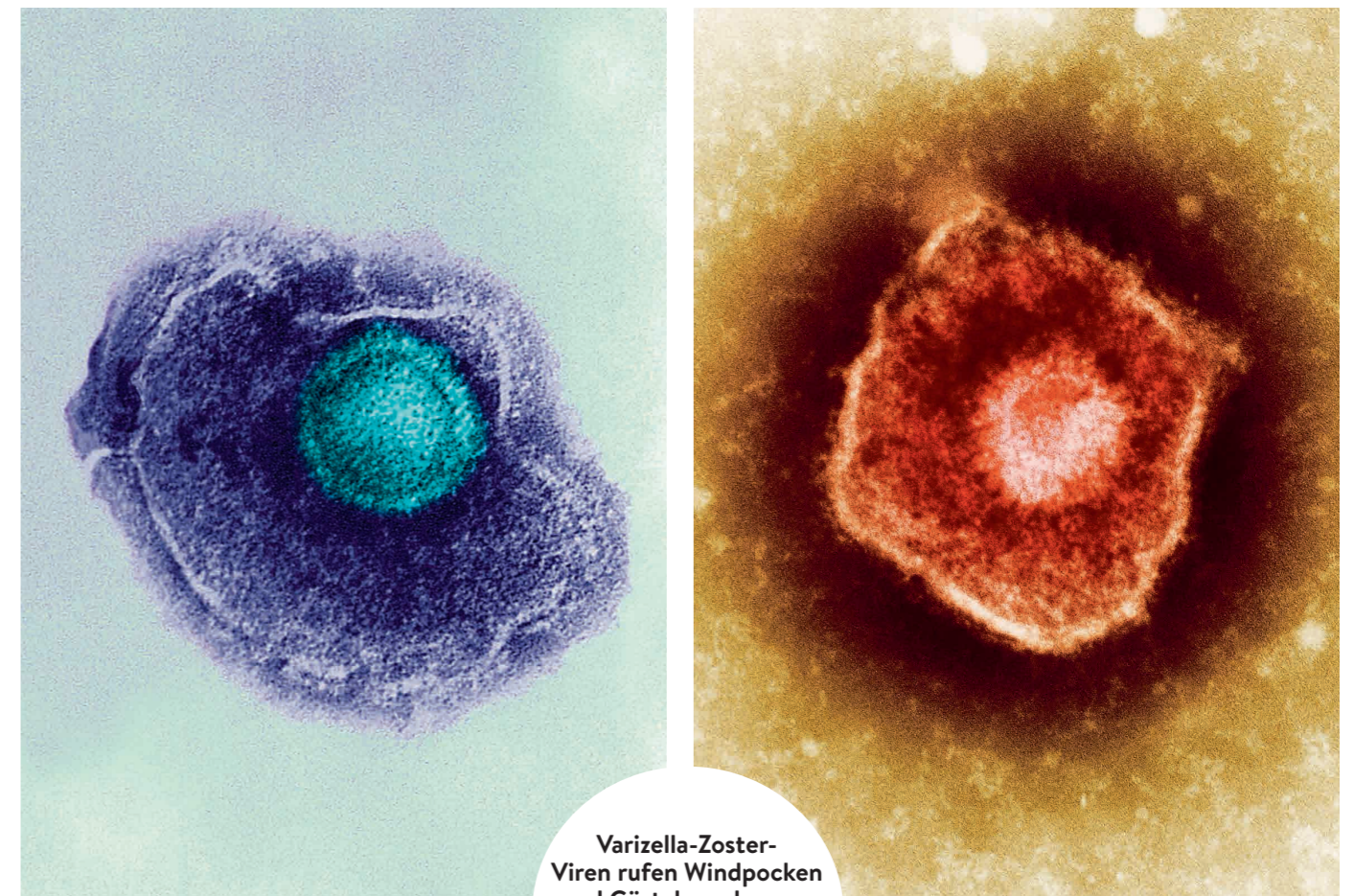
Das Zoster-Virus ist weitverbreitet: Wer einmal Windpocken hatte, was meist in der Kindheit passiert, trägt das Virus das ganze Leben in sich. Die Wahrscheinlichkeit, an Gürtelrose zu erkranken, steigt mit zunehmendem Alter, wenn das Im-

→

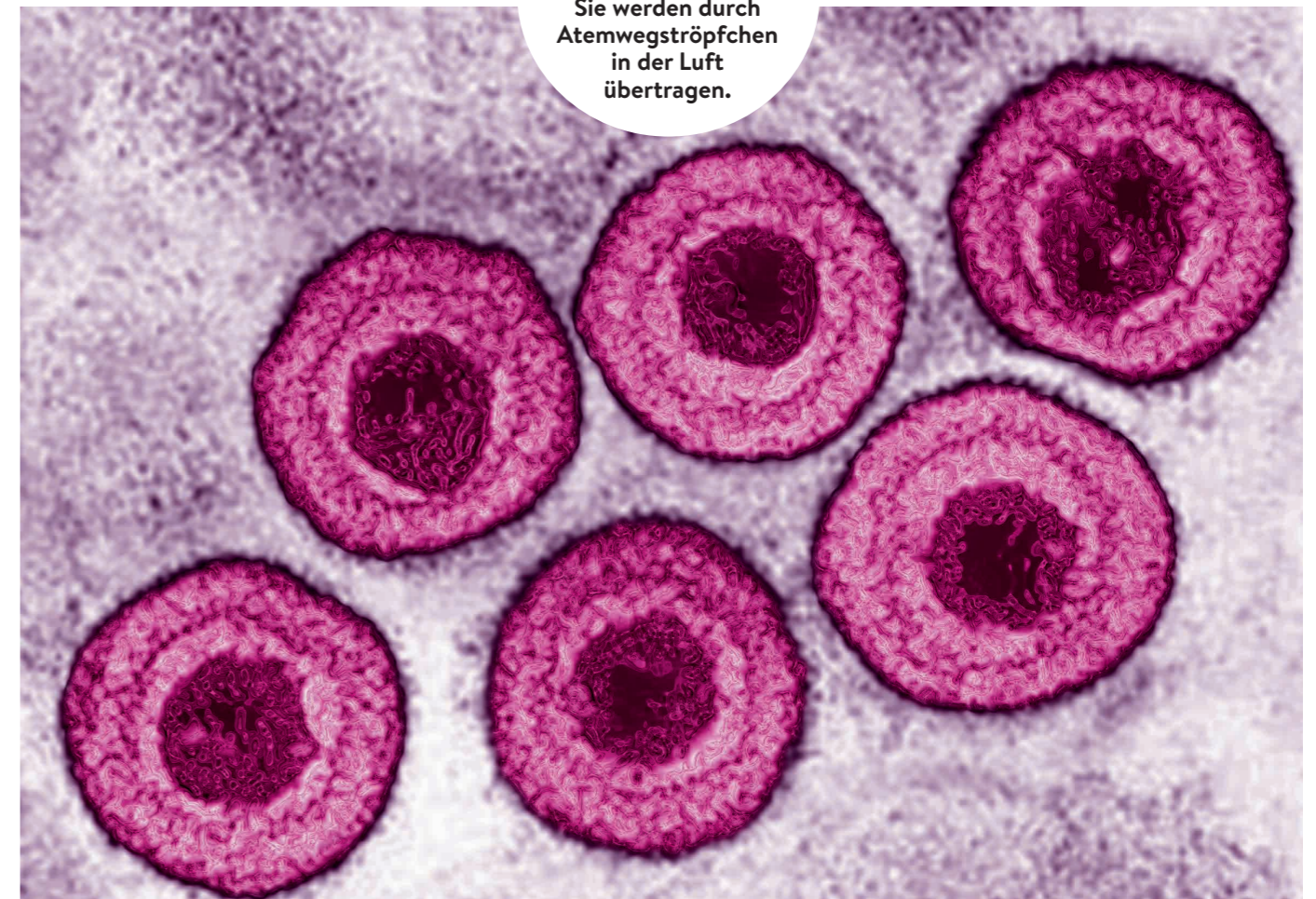


BETTINA SCHLAGENHAUFF, 57, ist Hautärztin in Küsnacht SZ. Sie ist im Vorstand der Gesellschaft für Dermatologie.

* Name geändert.



Varizella-Zoster-Viren rufen Windpocken und Gürtelrose hervor. Sie werden durch Atemwegströpfchen in der Luft übertragen.





Die roten Flecken und Bläschen einer Gürtelrose jucken oder brennen.



Die Gürtelrose-Impfung wird vor allem älteren Menschen empfohlen.

munsystem an Kraft verliert. Man geht davon aus, dass rund jeder Fünfte später einmal im Leben an einer Gürtelrose erkrankt. Frauen etwas häufiger. Tendenz zunehmend. «Das hat mit der steigenden Lebenserwartung zu tun», sagt die Hautärztin Bettina Schlagenhauß. «Aber auch mit der steigenden Zahl an Menschen, die mit Medikamenten behandelt werden, welche das Immunsystem beeinflussen, etwa wegen einer Autoimmunkrankheit, einer Krebserkrankung oder nach einer Organtransplantation.»

Zoster-Viren nisten sich ein

Nach der Ersterkrankung mit Windpocken ziehen sich die Zoster-Viren an die Nervenwurzeln entlang des Rückenmarks oder der Hirnnerven zurück, wo sie lebenslang «schlummern». Normalerweise hält sie das Immunsystem unter Kontrolle. Wenn dieses jedoch schwächelt, werden sie wieder aktiv. Sie breiten sich über die Nervenbahnen aus und sorgen auf ihrem Weg für eine Entzündung des betroffenen Nervengewebes. An der Haut entwickelt sich als Reaktion darauf ein für die Gürtelrose typischer, schmerzhafter Hautausschlag. Auslöser können Infekte sein, Stress, Therapien oder bösartige Erkrankungen, Sonnenlicht oder auch eine Impfung. Im vergangenen Jahr trat die Gürtelrose gelegentlich auch nach einer Covid-Impfung auf.

So auch beim 59-jährigen Thomas Weber* im Frühling vergangenen Jahres. Gut eine Woche nach seiner ersten Imp-

* Name geändert.

«Entscheidend ist, dass man den Zoster in den ersten Tagen erwischt, das erspart viel Leiden.»

Bettina Schlagenhauß,
Hautärztin

fung traten die typischen Symptome am linken Arm auf, mit starker Rötung und Ballungen von Blasen, vornehmlich am Unterarm. «Zuerst dachte ich, dass ich mich beim Bräteln verbrannt habe.» Am Vortag war er auf einer sonnenreichen Wanderung, bei der er ein Feuer gemacht hatte. Auch Rheuma oder einen Tennisarm verdächtigte er zunächst als Auslöser des starken Brennens und Juckens. Der Hausarzt winkte ab: Es sei klar eine Gürtelrose, mit drei Auslösern: Impfung, Sonne und Stress – Thomas Weber war in dieser Zeit tatsächlich arbeitsmässig stark eingespannt.

Dank eines virenstoppenden Medikaments verschwand der Ausschlag nach rund zwei Wochen. «Die brennenden Schmerzen wurden aber schlimmer, besonders nachts», sagt Thomas Weber. Normale Schmerzmittel halfen nicht, der Arzt verschrieb ihm deshalb etwas gegen die Nervenschmerzen, drei Wochen lang. Das nützte. Ganz verschwunden sind die Schmerzen in der Hand bis heute nicht.

Sie kommen und gehen. «Sie sind aber erträglich, wenn ich mich gut gegen die Sonne schütze.»

Franziska Meier hatte damals in Spanien grosse Angst davor, dass sie nicht in die Schweiz zurückreisen könnte. Die Ärzte wollten sie nämlich in einer Privatklinik hospitalisieren – was die Krankenkasse nicht bezahlen wollte. Hinzu kam, dass ihr geplanter Rückflug kurzfristig annulliert wurde. Was tun? «Wir sind schliesslich einfach abgehauen», sagt sie. Die Fluggesellschaft habe ihnen nämlich glücklicherweise rasch einen Ersatzflug angeboten. So kam sie ziemlich «fertig» am Flughafen Kloten an, wo sie gleich die nächste Klinik aufsuchte.

Sie wurde mit antiviralen Medikamenten und Kortison versorgt, an eine Hautärztin überwiesen und der Augen wegen auch an einen Augenarzt. «Doch die Beschwerden klangen nur langsam ab und dauerten mindestens ein halbes Jahr», berichtet Franziska Meier. Alle paar Tage musste sie zum Augenarzt gehen, um die Heilungsfortschritte zu kontrollieren. Denn es bestand die Gefahr einer Erblindung oder Hirnhautentzündung.

Örtlich begrenzte Symptome

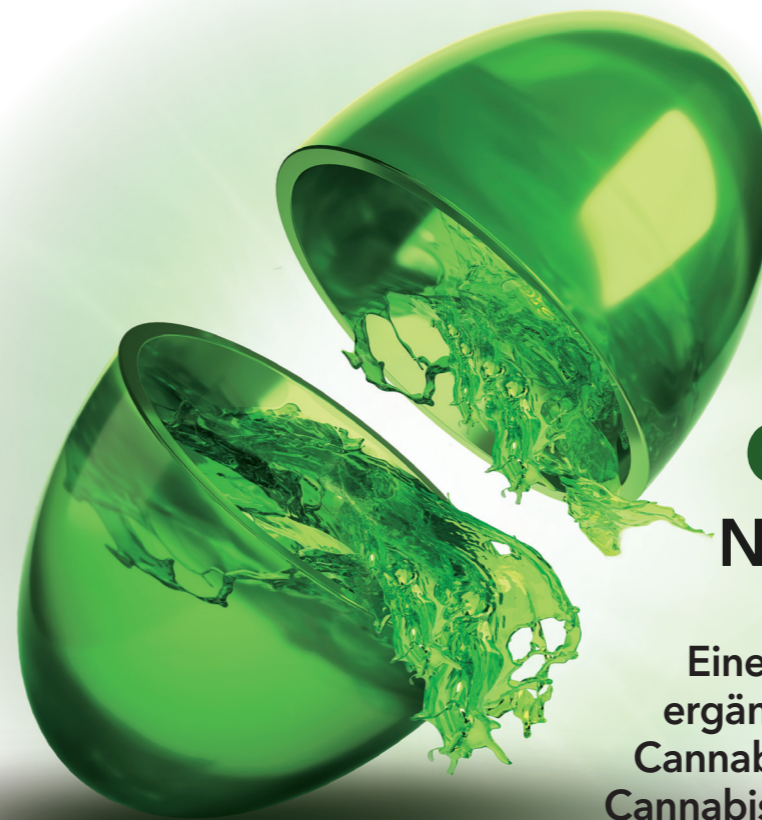
Der Verlauf der Gürtelrose ist individuell sehr verschieden. Oftmals kann die Krankheit auch mild verlaufen, vor allem bei jüngeren Menschen mit noch besserer Immunabwehr. «Gürtelrose tritt dann nur mit wenigen Symptomen auf, da reicht eine örtliche Behandlung», sagt die Haut-



Fotos: Alamy, Imago Images

67% Wachstum pro Jahr

Experten prognostizieren für die kommenden Jahre ein zuvor nie da gewesenes Wachstum des europäischen Cannabis-Marktes.



SPEZIELLE CANNABIS-KAPSEL NEU AUS DER APOTHEKE

Eine neue Qualitätskapsel (Nahrungsergänzungsmittel) mit einer einzigartigen Cannabis-Vitamin Kombination bringt den Cannabis-Boom jetzt in Schweizer Apotheken.

Der Cannabis-Boom in der Schweiz hält an – nicht zuletzt durch den 2021 gestarteten Legalisierungsprozess. Die Wissenschaft sieht großes Potenzial und erforscht ständig neue mögliche Einsatzgebiete. Vor allem im Bereich von Psyche, Unruhe und Schmerzforschung wird stetig von neuen Erkenntnissen berichtet. Jetzt ist es Wissenschaftlern

erstmals gelungen, das wertvolle Öl aus den Samen der begehrten Cannabispflanze *Cannabis sativa* in Kapselform aufzubereiten (Apotheke, Gelenium CANNABIS PLUS Kapseln, Nahrungsergänzungsmittel). Die neue Qualitäts-Cannabis Kapsel ist komplett rauschfrei ohne Risiko einer Abhängigkeit. Darüber hinaus enthält die Kapsel essenzielle

Vitamine und trägt so beispielsweise zur Funktion von Psyche, Nervensystem und Energiestoffwechsel bei.¹ Die Cannabis-Verarbeitung und Qualitätsprüfung erfolgen ausschließlich in Deutschland.

Gelenium CANNABIS PLUS Kapseln sind ab sofort in allen Apotheken erhältlich.



Geprüfte Qualität und Sicherheit

Experten sind sich einig: Die neue Cannabis-Kapsel erfüllt die höchsten Apotheken-Qualitätsanforderungen und überzeugt mit einer maximalen Sicherheit für Verwender. Gewährleistet wird dies unter anderem durch einen nachhaltigen und pestizidfreien Cannabis-Anbau, durch zertifizierte Rohstofflieferanten und strenge Produktionskontrollen. Damit ist auch ein rauschfreier Verzehr ohne das Risiko einer Abhängigkeit zu 100% sichergestellt.

CANNABIS-KAPSEL AUS DER APOTHEKE



Gelenium CANNABIS PLUS Kapseln
Nahrungsergänzungsmittel, 30 Kapseln
GTIN: 4260471893075 Pharma Code: 7829605
www.gelenium-cannabis.ch

¹ Energie: Vitamin B12 und Vitamin C tragen zu einem normalen Energiestoffwechsel bei. Psyche: Vitamin B12 und Vitamin C tragen zur normalen psychischen Funktion bei. Nervensystem: Vitamin B12 und Vitamin C tragen zu einer normalen Funktion des Nervensystems bei.

ärztin Bettina Schlagenhauff aus Küssnacht am Rigi SZ.

Eine frühzeitige Behandlung half Donatus Dörig. Im letzten Juli bekam er plötzlich juckende Flecken am Rücken. Er wartete nicht lange und suchte einen Hautarzt auf. Die Diagnose erfolgte rasch, ebenso die Behandlung. Mit Tabletten und Salben war das Jucken nach zwei Wochen weg, doch die Flecken blieben bis heute. «Das ist aber nicht störend», findet der 55-Jährige. Im Rückblick nimmt er an, dass es drei Auslöser für die Gürtelrose gab: geschwollene Beine, eine Schilddrüsen-Unterfunktion sowie die kurz davor erhaltene zweite Covid-Impfung.

Die Haut kann vernarben

«Entscheidend ist, dass man den Zoster in den ersten Tagen «erwischt», das erspart viel Leiden», sagt die Hautärztin Bettina Schlagenhauff. Zudem können so Komplikationen wie Narbenbildung, Hirnhaut- oder Augenentzündungen vermieden werden. «Es geht vor allem darum, rasch die Virusvermehrung zu stoppen.» Das erreicht man mit einer antiviralen Therapie in Tablettenform, meist über sieben Tage. Hinzu kommt eine Lokalbehandlung mit zinkhaltigen Lotionen und desinfizierenden Wundcremen, um die Bläschen auszutrocknen und abzuheilen.

* Name geändert.

«Sollte ich wieder an einer Gürtelrose erkranken, werde ich sofort zum Arzt gehen.»

Franziska Meier*

«Das geht bei frühzeitigem Therapiebeginn meist rasch und problemlos», so Bettina Schlagenhauff.

Zurückbleiben können jedoch anhaltende, hartnäckige Schmerzen. Hier verwendet man normale Schmerzmittel und auf die Nerven wirkende Medikamente. Gegen die Nervenschmerzen, Neuralgien, hilft manchmal auch Akupunktur. Der Wirkstoff Capsaicin aus Cayennepfeffer lindert ebenfalls Schmerzen, angewendet in Schmerzplastern oder auch in Cremes oder Salben. Zu Beginn dieser Behandlung verstärkt sich das Brennen eine Zeit lang, danach lässt es aber nach. Anhaltende Schmerzen nach der Gürtelrose kommen laut Bettina Schlagenhauff immer wieder vor, mindestens jeder Zehnte ist betroffen. Man spricht von «Post-Zoster-Neuralgien».

Seit 2017 gibt es auch eine Impfung gegen das Zoster-Virus. Das Bundesamt

für Gesundheit (BAG) empfiehlt sie allen Personen ab 65 Jahren, bei Menschen mit Immunschwäche sogar ab 50 Jahren. Die Impfung erfolgt in zwei Dosen im Abstand von ein bis zwei Monaten und wird meist gut vertragen. Durch die Impfung tritt die Erkrankung häufig gar nicht mehr auf oder zumindest nur in milder Form. Seit Anfang dieses Jahres steht zudem ein neuer, noch wirksamerer Impfstoff zur Verfügung. In der Regel nimmt die Hausärztin oder der Hausarzt die Impfung vor.

Franziska Meiers Ausschlag ist heute gänzlich abgeklungen – aber auch der Arbeitsstress, der wohl der hauptsächliche Auslöser für ihre Gürtelrose war. Geblieben sind die Nervenschmerzen, der teilweise Verlust der Wimpern und gefüllte Tränensäcke, die weiterhin regelmässige Lymphdrainagen erfordern. Dennoch findet sie: «Es geht mir ganz okay!» Gelernt hat sie vor allem eines: «Sollte ich wieder einmal an einer Gürtelrose erkranken, werde ich sofort zum Arzt gehen.» ■

GUT ZU WISSEN

Infos zu Windpocken und Gürtelrose: bag.admin.ch > [Windpocken & Gürtelrose](#)

Siehe auch Infos der deutschen Fachorgane: neurologen-und-psychiater-im-netz.org > [Herpes Zoster](#)

ANZEIGE

Lehrreich.
Unterhaltsam.
Nachhaltig.

Neu:
Versand in
Papierhülle



100%
recycelt



**Gratis
XXL-Badetuch**
im Wert von
Fr. 39.90
zu jedem
SPICK Abo