

Patienteninformation

# Gürtelrose (Herpes zoster)

Die Gürtelrose ist ein **schmerzhafter Hauthausschlag**, hervorgerufen durch Reaktivierung einer meist Jahrzehnte zurückliegenden Infektion mit dem Windpocken-Virus. In den Hautbläschen bildet sich **Flüssigkeit** mit infektiösen Windpocken-Viren – die **für Säuglinge, nicht geimpfte Kinder und nicht-immune Schwangere ansteckend** sein können. Insbesondere bei älteren Erwachsenen kann durch die einhergehende **Nervenschädigung** ein **manchmal dauerhafter, langwieriger Schmerz** eintreten. Eine frühzeitige antivirale und schmerzunterdrückende **Therapie ist wichtig**. Es gibt eine **vorbeugende Impfung**.



Bildquelle: commons.wikimedia.org/wiki/File:DGK\_Guertelrose.jpg

## Lokale Behandlung auf der Haut

Zur Hautpflege und Juckreizlinderung: Beruhigende Lotionen, **Schüttelmixturen** (z.B. **mit Zinkoxid**) oder Cremes (z.B. **Anaesthesulf® Lotio**, Tannosynt® Lotio, Herpasogel®). Bei Infektionsgefahr: Antiseptische Therapie z.B. mit **Linola® sept Antiseptische Hautcreme** mit Clioquinol.

## Antivirale Medikamenten

Die antivirale Therapie sollte sehr frühzeitig begonnen werden (idealerweise innerhalb von 72 Stunden nach Auftreten des Hauthausschlags), je später der Beginn erfolgt, desto geringer ist die Wirkung. Gängige antivirale Medikamente:

- **Valaciclovir:** 7 Tage lang **3x täglich 1000 mg** (alle 8 Std.)
- oder **Brivudin (Zostex®):** 7 Tage lang **1x täglich 125 mg**. **NICHT bei Krebspatienten** und **NICHT bei Immunsupprimierten** (z.B. nach Transplantation oder bei HIV) und **NICHT bei Schwangerschaft**.
  - **Brivudin darf auf keinen Fall eingenommen werden, wenn vor kurzem mit** Medikamenten aus der Gruppe der **5-Fluoropyrimidine behandelt worden ist**: 5-Fluorouracil (5-FU) und Capecitabin (Krebstherapie). Flucytosin (Pilzbehandlung). Selbst Cremes gegen Warzen (**Verrumal**) oder aktinische Keratosen (**Efudix, Tolak**), die 5-FU enthalten. Es kann zu einer tödlichen Interaktion kommen.
- oder **Aciclovir:** 7 Tage lang **5x täglich 800mg** (alle 4 Std., Nachtpause).

Valaciclovir und Aciclovir verursachen tendenziell häufiger leichte Nebenwirkungen (Magen-Darm, Nierenbelastung) und sind häufiger einzunehmen. Brivudin ist oft besser verträglich, hat aber eine potenziell tödliche Wechselwirkung, die es für bestimmte Patientengruppen (siehe oben) extrem gefährlich macht.

## Schmerzmittel

Die Schmerzen bei Gürtelrose können sehr stark sein und müssen adäquat behandelt werden. **Eine unzureichende Therapie kann zu anhaltenden Nervenschmerzen (Post-Zoster-Neuralgie) führen.**

- **Bei leichten bis mäßigen Schmerzen:** Paracetamol, Ibuprofen, Metamizol (Novaminsulfon).
- **Bei starken Schmerzen:** stärkere Schmerzmittel, z.B. Tramadol, Tilidin.
- **Bei Nervenschmerzen (brennende Schmerzen):** Pregabalin, Gabapentin, Carbamazepin. Diese Medikamente haben häufig Nebenwirkungen (u.a. Benommenheit, Verwirrung, Reizbarkeit) und sollten „einschleichend“ genommen werden.



Mehr Informationen:  
[www.gesundheitsinformation.de/  
guertelrose.html](http://www.gesundheitsinformation.de/guertelrose.html)