

FIEBERBLASEN

HERPES SIMPLEX LABIALIS

Was ist die Ursache für die Fieberblasen?

Fieberblasen werden durch das Herpes simplex Virus (HSV) Typ 1 ausgelöst.

Dieses Virus befällt vor allem Haut und Schleimhaut im Bereich von Mund und Lippen. Mehr als 90 % der Erwachsenen sind damit infiziert, aber nur bei einem Drittel bricht das Virus immer wieder aus.

Wie erfolgt die Ansteckung?

Meist erfolgt die Erstinfektion schon in der Kindheit, verläuft aber in der Regel symptomlos. Die Viren wandern dann entlang der Nervenbahnen in die Ganglien des Nervus trigeminus, wo sie bis zum nächsten Ausbruch (Reaktivierung) ruhen. Die Viren werden mittels Tröpfcheninfektion oder durch direkten Kontakt mit der infizierten Stelle übertragen. Beispielsweise beim Küssen, aber auch bei der gemeinsamen Nutzung von Besteck, Trinkgläsern und Handtüchern kann es so zu einer Infektion kommen.

Was kann eine Reaktivierung der Viren auslösen?

Allgemein: ein durch körperlichen oder psychischen Stress geschwächtes Immunsystem

Besonders bei Allergikern, immun-supprimierten Patienten und HIV-Infizierten

Beispielsweise bei:

- ◆ Fiebrigen Infekten (Herpes febrilis)
- ◆ UV-Strahlung (Herpes solaris)
- ◆ Menstruation (Herpes menstrualis)
- ◆ Hormonellen Schwankungen in der Schwangerschaft
- ◆ Magen-Darm Störungen
- ◆ Psychischen Faktoren

Die 5 Stadien der Erkrankung

- I. Kribbeln, Brennen oder Spannen im Lippenbereich.
Die Viren vermehren sich enorm.
- II. Bildung von flüssigkeitsgefüllten Bläschen mit Millionen von Viren.
Höchste Ansteckungsgefahr!
- III. Roter Entzündungsrand um die Bläschen, diese platzen bei Berührung auf.
- IV. Die Bläschen verschließen sich wieder und trocknen aus.
Keine Ansteckungsgefahr mehr!
- V. Abheilung der Bläschen nach ca. 10 Tagen.
Das Virus zieht sich in die Ganglien zurück.

Klassische Symptome

- ◆ sind die oben genannten Bläschen, die sich durch ein Brennen ankündigen
- ◆ Nach dem Aufplatzen der Bläschen bildet sich eine schmerzhafteste Wunde, die aber rasch verkrustet. Manchmal reißt diese Kruste ein.
- ◆ Selten ist das Auftreten der Bläschen von einem allgemeinen Krankheitsgefühl und Abgeschlagenheit begleitet.
- ◆ Bei einer Erstinfektion im Erwachsenenalter sind die Beschwerden schwerer und Komplikationen häufiger.

Folgende Komplikationen können (vereinzelt) auftreten

- ◆ Infektion der Wunde durch Bakterien
- ◆ Ausbreitung der Viren zu den Augen (*Herpes corneae*)

Wie erfolgt die Behandlung?

- ◆ Virustatische Cremes: nur im Stadium I der Virenvermehrung wirksam
- ◆ Cremen mit Zinkoxid und Heparin: ab Stadium II zum Austrocknen und Abheilen der Bläschen
- ◆ Fieberblasen-Patches, evtl. mit Zinkoxid: zur Abdeckung ab Stadium I, verhindert die Ausbreitung der Viren
- ◆ Cremen mit Melissenextrakten: wirken antiviral und verzögern das Wiederauftreten der Fieberblasen
- ◆ Orale virustatische Therapie: Bei großflächigem oder sehr häufigem Auftreten (mehr als 6-mal pro Jahr) der Fieberblasen, Langzeit-Einnahme erforderlich
- ◆ Prophylaxe und Akutbehandlung: Einnahme der Aminosäure Lysin

Prognose

Obwohl eine vollständige Heilung nicht möglich ist, können die Beschwerden bei rechtzeitiger Behandlung deutlich verringert und verkürzt werden. Das Auftreten der Fieberblasen wird außerdem mit fortschreitendem Alter immer seltener.

Tipps zur Vermeidung bzw. Verringerung des Auftretens von Fieberblasen

- ◆ Vermeiden von Stress-Situationen, die die Reaktivierung der Viren begünstigen.
- ◆ Entspannungstechniken, autogenes Training
- ◆ Gesunde Lebensweise (ausgewogene Ernährung, Sport, ausreichend Schlaf) zur Stärkung der körpereigenen Abwehr
- ◆ Die Aminosäure Lysin ist der Gegenspieler der Aminosäure Arginin (enthalten z.B. in Schokolade und Nüssen), welche den Viren als Nahrung dient. Lysin hemmt so die Virenvermehrung.
- ◆ Selen in biologisch aktiver Form kann die Symptome lindern und das Auftreten hinauszögern.
- ◆ Geschirr, Handtücher, etc. nicht gemeinsam benutzen.
- ◆ Wenn bekannt, den Auslöser meiden.
- ◆ Immer Sonnenschutzmittel mit hohem Lichtschutzfaktor auf den betroffenen Stellen verwenden.
- ◆ Berühren Sie die Bläschen nicht, da so eine Übertragung auf andere Körperstellen und eine Entzündung der Bläschen möglich ist.
- ◆ Solange die Bläschen bestehen, wegen der Infektionsgefahr Brille statt Kontaktlinsen tragen.