

# Gürtelrose



Die Gürtelrose ist eine Virusinfektion, die mit Schmerzen, Empfindungsstörungen und Hautveränderungen im Versorgungsgebiet der betroffenen Nervenzellen einhergeht. Sie trägt entsprechend der gürtelförmigen Hautausbreitung am Körperstamm den Namen Gürtelrose oder – griechisch – Zoster.

■ Es sind vor allem die stark juckenden Bläschen, die auf keinen Fall aufgekratzt werden durften, an die sich mancher vielleicht noch erinnern kann. Über 90 Prozent der heutigen Erwachsenen hatten als Kind, zumeist im Vorschulalter, die Windpocken.

## Erkrankungsrisiko

Da über 90 Prozent der Bevölkerung Windpocken hatten und somit das Varizella-Zoster-Virus in sich tragen, sind praktisch alle Menschen gefährdet. Rund 25 bis 30 Prozent der Bevölkerung erkranken im Laufe des Lebens an einer Gürtelrose, ab einem Alter von 85 Jahren liegt das Risiko sogar bei etwa 50 Prozent. In Deutschland sind jährlich etwa 350 000 bis 400 000 Menschen betroffen, rund zwei Drittel davon sind über 50 Jahre.

Die Gürtelrose selbst ist wenig ansteckend, da der Erreger, das Herpes-Zoster-Virus, nur über den direkten Kontakt mit den virusinfizierten Bläschen erfolgen kann. Wer sich infiziert, erkrankt dann auch nicht an einer Gürtelrose, sondern an Windpocken.

Die hoch ansteckende Infektionskrankheit wird durch das Varizella-Zoster-Virus (VZV) ausgelöst. Dieses Virus gehört zur Familie der Herpesviren. Seine Verbreitung erfolgt zumeist per Tröpfcheninfektion. Das bedeutet, die Krankheitserreger befinden sich unter anderem in den winzigen Sekrettröpfchen der Ausatemungsluft infizierter Personen, können aufgrund ihrer geringen Größe eine Zeit lang in der Luft schweben und dann direkt von anderen Menschen bei der Atmung aufgenommen werden. Auf diese Weise machen die Windpocken in Kindergruppen schnell die Runde. Ein anderer, seltenerer Übertragungsweg ist der direkte Kontakt mit den virushaltigen Bläschen.

Hat man sich angesteckt, so dauert es zwischen zwei und drei Wochen, bis die Krankheit ausbricht und sich die ersten juckenden Bläschen zeigen. Bei den meisten Kindern verläuft die Erkrankung ohne Komplikationen. Nach einer, maximal zwei Wochen sind Fieber und Hautausschlag abgeklungen und, abgesehen von wenigen Ausnahmefällen, ist man fortan gegen Windpocken immun. Allerdings hat das Virus eine tückische Eigenschaft. Es verschwindet nach Abklingen der Erkrankung keinesfalls aus dem Körper, sondern zieht sich lediglich zurück und kann viele Jahre später eine Gürtelrose auslösen.

## Viren in Lauerposition

Die Viren wandern zunächst entlang der Nervenbahnen zu den Nervenknoten des Rückenmarks, den sogenannten Spinalganglien, oder auch zu den Nervenknoten des Gehirns, den Hirnganglien. Dort nisten sie sich ein und können von einem funktionierenden Immunsystem in Schach gehalten werden, so dass keinerlei Krankheitszeichen auftreten. Ist das Immunsystem jedoch geschwächt,

beispielsweise infolge von körperlichem oder seelischem Stress, Infekten, bestimmten Grunderkrankungen, Nebenwirkungen von Medikamenten sowie übermäßiger Sonneneinstrahlung, so kann das Virus jederzeit wieder aktiv werden. Da aber auch der normale Alterungsprozess mit einem Nachlassen der körpereigenen Abwehr verbunden ist, steigt das Risiko, die ruhenden Viren zu reaktivieren, jenseits des 50. Lebensjahres deutlich an.

### Ausbruch der Gürtelrose

Die neu aufflammende Viruserkrankung trägt wegen ihrer vorrangig gürtelförmig angeordneten Hauterscheinungen den Namen Gürtelrose. Die Krankheit beginnt zumeist mit unspezifischen Symptomen wie Erschöpfung, Müdigkeit, Kopf- und Gliederschmerzen. Kurze Zeit später kommt es in ganz bestimmten Hautbereichen zu Schmerzen sowie Empfindungsstörungen. Verursacht wird der zumeist als starkes Brennen oder Jucken empfundene Schmerz durch die reaktivierten Viren, die von ihrem Rückzugsgebiet entlang der Nervenbahnen zur Hautoberfläche wandern und dabei Entzündungsreaktionen auslösen und das umliegende Gewebe zerstören. Nach und nach zeigen sich entlang des Versorgungsgebietes der betroffenen Nerven kleine, zumeist gruppenförmig angeordnete Bläschen.

Am häufigsten sind die vom Brustwirbel- sowie Lendenwirbelbereich ausgehenden Nervenbahnen betroffen, mitunter breiten sich die Viren aber auch an Armen und Beinen oder im Kopfbereich aus. Bisweilen kann der Hautausschlag, der charakteristischerweise nur an einer Körperseite auftritt, auch fehlen. Man spricht in diesem Fall von einem Zoster sine herpette.

### Krankheitsverlauf

Für Patienten mit einem funktionierenden Immunsystem ist die Gürtelrose schmerzhaft, aber zumeist harmlos, und die Erkrankung, bei der begleitend zum Hautausschlag grippeähnliche Beschwerden auftreten können, heilt nach zwei bis vier Wochen auch ohne medikamentöse Behandlung komplett ab. Um den Heilungsprozess zu beschleunigen und die Beschwerden zu lindern, werden antivirale Medikamente verordnet, die möglichst sofort nach Auftreten der Hautpusteln verabreicht werden. Darüber hinaus ist in vielen Fällen eine unterstützende Schmerzbehandlung sinnvoll.

Bei älteren Patienten und Menschen mit weniger starkem Immunsystem bleibt die Gürtelrose nicht immer folgenlos. Zu den häufigsten Komplikationen gehören chronische Schmerzen, die länger als vier Wochen und auch nach Abklingen des Hautausschlags bestehen bleiben oder nach einem schmerzfreien Intervall erneut auftreten. Diese chronischen Zosterschmerzen sind unter dem Namen postherpetische Neuralgie, kurz: PHN, bekannt. Etwa 10 bis 20 Prozent aller Gürtelrosepatienten leiden im Anschluss an einer PHN. Je älter die Patienten sind, desto höher ist das Risiko für diese kaum zu lindernden Nervenschmerzen.

Weitere dauerhafte Folgen der Gürtelrose können störende Hautveränderungen, zum Beispiel Narben und Pigmentstörungen, sein. Gravierender sind Komplikationen, die in Folge eines Virusbefalls der Augen (Zoster ophthalmicus) sowie der Ohren (Zoster oticus) auftreten. Bei schwerwiegenden Entzündungen kann dadurch die Sehfähigkeit bzw. das Gehör dauerhaft beeinträchtigt bleiben. ■

#### Faktoren, die das Erkrankungsrisiko erhöhen können:

- körperlicher oder psychischer Stress
- Schlafmangel
- Erkältungen oder andere Infekte
- Fieber
- Tumorerkrankungen
- Einnahme bestimmter Medikamente
- UV-Strahlung
- Alter