

## Informationen über Krankheitserreger beim Menschen – Hygiene schützt!

### Was sind Ringelröteln?

Ringelröteln sind eine Infektionskrankheit, die durch Viren ausgelöst wird. Mit Röteln haben Ringelröteln außer dem Namen nichts gemeinsam. Die beiden Erkrankungen werden jeweils von unterschiedlichen Erregern ausgelöst. Die Ringelrötelnviren (Parvovirus B19) kommen weltweit nur beim Menschen vor. Ringelröteln sind neben Scharlach, Masern, Windpocken und Röteln eine der fünf hoch ansteckenden Kinderkrankheiten, die mit Ausschlag einhergehen können. Oft verlaufen Ringelröteln aber völlig unbemerkt oder wie ein leichter grippaler Infekt. Erkrankt jedoch eine schwangere Frau, kann das ungeborene Kind Schaden erleiden. In Kindergärten und Schulen häufen sich die Krankheitsfälle vor allem vom Spätwinter bis zum Frühsommer. Eine Ansteckungsgefahr besteht nur für Menschen, die noch nicht an Ringelröteln erkrankt waren. Wer die Krankheit einmal überstanden hat, ist lebenslang geschützt. Er kann also kein zweites Mal erkranken.

### Wie werden Ringelröteln übertragen?

#### *Von Mensch zu Mensch*

Beim Niesen, Husten oder Sprechen werden die Viren ausgeschieden und über feinste Speichel-Tröpfchen in der Luft von Mensch zu Mensch weitergetragen. Auch über Hände können die Viren weitergegeben werden, wenn ein Erkrankter zum Beispiel in die Hand niest und danach einem Gesunden die Hand gibt. Von der Hand können die Erreger anschließend auf Schleimhäute von Nase oder Mund verteilt werden und so zu einer Ansteckung führen.

Schwangere können die Erreger an ihr ungeborenes Kind weitergeben, unabhängig davon, ob die Mutter Krankheitszeichen entwickelt oder ob die Infektion unbemerkt verläuft.

#### *Über verunreinigte Gegenstände*

Gemeinsam genutzte Gegenstände wie Handtücher oder Spielzeug können zu einer Ansteckung führen. Denn auch außerhalb des Körpers sind die Erreger sehr widerstandsfähig.

#### *Über Blutkonserven*

In seltenen Ausnahmefällen ist eine Übertragung auch durch eine mit Viren befallene Blutkonserve möglich.

### Welche Krankheitszeichen haben Erkrankte?

Häufig verlaufen Ringelröteln ganz ohne Krankheitszeichen oder nur milde wie ein grippaler Infekt mit leichtem Fieber, einer Schwellung der Lymphknoten und Unwohlsein. Nur jeder fünfte bis sechste Erkrankte entwickelt den typischen Hautausschlag. Dabei bildet sich 4 Tage bis 3 Wochen nach der Ansteckung zunächst eine symmetrische Rötung auf beiden Wangen. 1 bis 4 Tage später zeigen sich Girlanden- oder ringelförmige große rote Flecken auf Schultern, Oberarmen, Oberschenkeln und Gesäß, die zumeist weder jucken noch schmerzen. Der Ausschlag kann im Verlauf seine Form verändern und bläst nach 7 bis 10 Tagen ab.

Komplikationen sind selten. Meist heilen die Ringelröteln von selbst vollständig aus. Nur gelegentlich kommt es zu Gelenksbeschwerden oder Gelenkentzündungen, insbesondere bei jungen Frauen und Mädchen. Bei Menschen mit einer Abwehrschwäche oder mit bestimmten Blutkrankheiten (Thalassämie, Sichelzellanämie) kann die Infektion selten zu bedrohlicher Blutarmut führen.

### Wann bricht die Krankheit aus und wie lange ist man ansteckend?

Die Zeit zwischen Ansteckung und Auftreten der ersten Krankheitszeichen beträgt zwischen 4 Tagen und knapp 3 Wochen. Die Ansteckungsgefahr für andere ist am höchsten kurz bevor der Hautausschlag auftritt – d.h. wenn der Erkrankte noch nichts von seiner Infektion weiß. Auch wenn die Ringelröteln ganz ohne Krankheitszeichen verlaufen, sind Erkrankte dennoch ansteckend. Sobald der Hautausschlag auftritt, ist die Ansteckungsgefahr in der Regel vorüber.

## Informationen über Krankheitserreger beim Menschen – Hygiene schützt!

### Wer ist besonders gefährdet?

An Ringelröteln erkranken vor allem Kinder zwischen 5 und 15 Jahren. Ältere Jugendliche und Erwachsene können sich aber ebenfalls anstecken. Im Erwachsenenalter verlaufen die sonst meist milden Erkrankungen häufiger schwerer. Gefährdet sind besonders schwangere Frauen, die Ringelröteln noch nicht durchgemacht haben und daher keine speziellen Abwehrkräfte gegen Ringelröteln haben. Während der Schwangerschaft, besonders im ersten Schwangerschaftsdrittel, können die Viren auf das ungeborene Kind übertragen werden. Die Blutbildung des Ungeborenen kann dabei lebensgefährlich geschädigt werden. Fehl- oder Totgeburt können im schlimmsten Fall die Folge sein. Weiterhin können Personen mit Abwehrschwäche gefährdet sein oder Personen, die an einer chronischen Erkrankung des Blutsystems leiden.

### Was muss ich bei einer Erkrankung beachten?

- ▶ Eine Behandlung der Krankheitszeichen ist normalerweise nicht erforderlich, da die Erkrankung vor allem bei Kindern in der Regel harmlos verläuft. Die Patienten sollten bei Fieber, Muskel- oder Gelenkschmerzen Bettruhe einhalten.
- ▶ Schwangere, die mit Ringelröteln-Kranken in Kontakt gekommen sind, sollten sich umgehend bei ihrer behandelnden Ärztin oder ihrem Arzt melden.
- ▶ Das Personal in Kindereinrichtungen und Schulen muss über mögliche Gefährdungen durch Ringelröteln aufgeklärt sein. Einige Bundesländer empfehlen ein allgemeines Beschäftigungsverbot für Schwangere, die keinen Schutz vor Ringelröteln haben und in Einrichtungen für Kinder im Vorschulalter arbeiten.

### Wie kann ich mich schützen?

Da die Ansteckungsgefahr am größten ist bevor die ersten Krankheitszeichen auftreten, ist es kaum möglich, sich vor Ringelröteln zu schützen. Gegen Ringelröteln gibt es – anders als bei Röteln – keinen Impfstoff. Da Ringelröteln über Tröpfchen und Hände übertragen werden, können jedoch einfache Hygienemaßnahmen in Umfeld von Erkrankten das Übertragungsrisiko senken. Dazu gehört:

- ▶ Meiden Sie den Kontakt mit Menschen, die sich angesteckt haben könnten.
- ▶ Waschen Sie sich häufig und gründlich die Hände mit Wasser und Seife.
- ▶ Niesen und husten Sie nicht in die Hand.
- ▶ Benutzen Sie Einmaltaschentücher, die nach dem Gebrauch direkt entsorgt werden.
- ▶ Schwangere, die in ihrem Leben noch nicht an Ringelröteln erkrankt sind, sollten Kindergärten und Schulen bei Ringelröteln-Ausbrüchen fern bleiben.
- ▶ Lassen Sie vor einer geplanten Schwangerschaft testen, ob ein Immunschutz gegen Ringelröteln bei Ihnen besteht. Insbesondere dann, wenn Sie Kontakt zu Schul- und Kindergartenkindern haben.

### Wo kann ich mich informieren?

Das örtliche Gesundheitsamt steht Ihnen für weitere Beratung zur Verfügung. Dort liegen Informationen und große Erfahrung im Umgang mit der Erkrankung vor. Weitere Informationen zum Krankheitsbild gibt es auch im Internet auf den Seiten der Kinderärzte im Netz ([www.kinderaerzte-im-netz.de](http://www.kinderaerzte-im-netz.de)).

Weitere Informationen zum Infektionsschutz durch Hygiene finden Sie auf den Seiten der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung ([www.infektionsschutz.de](http://www.infektionsschutz.de)).



STEMPEL

#### Herausgeberin:

Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung, Köln.  
Alle Rechte vorbehalten.

Erstellt in Zusammenarbeit mit dem Bundesverband der Ärztinnen und Ärzte des Öffentlichen Gesundheitsdienstes e.V. und in Abstimmung mit dem Robert Koch-Institut.

Diese Bürgerinformation wird auf der Homepage [www.infektionsschutz.de](http://www.infektionsschutz.de) kostenlos zum Download angeboten.