

# WINDPOCKEN / GÜRTELROSE

## Informationen über Krankheitserreger beim Menschen – Impfen schützt!

### Was sind Windpocken bzw. Gürtelrose?

Windpocken und Gürtelrose werden durch die gleichen Erreger verursacht: die Varizella-Zoster-Viren. Sie kommen weltweit vor und verursachen beim Menschen bei der ersten Ansteckung Windpocken, die mit einem juckenden Hautausschlag und Fieber einhergehen. Die Viren verbleiben nach überstandener Erkrankung im Körper. Viele Jahre später können sie wieder aktiv werden und eine Gürtelrose verursachen. Dabei bildet sich ein Hautausschlag, der sehr schmerzhaft sein kann. Natürlicherweise kommen die Erreger ausschließlich beim Menschen vor. In Deutschland ist die Häufigkeit von Windpockenerkrankungen durch Impfungen stark zurückgegangen. Dennoch gehört die Infektion zu den häufigsten Kinderkrankheiten. An Gürtelrose erkrankt etwa jeder fünfte Erwachsene im Laufe seines Lebens.

### Wie werden Windpocken bzw. Gürtelrose übertragen?

#### *Von Mensch zu Mensch*

Fast jeder Kontakt zwischen einer ungeschützten Person und einem an Windpocken Erkrankten führt zu einer Ansteckung. Bei Windpocken werden die Viren meistens durch das Einatmen von winzigen Speichel-Tröpfchen übertragen, die Erkrankte beim Atmen und Husten, Niesen oder Sprechen in der Luft verbreiten. Der Name ist bezeichnend: Windpocken können selbst über einen großen Abstand durch den „Wind“ übertragen werden. Besonders ansteckend ist auch die Flüssigkeit der Pocken, wenn diese platzen. Zum Beispiel können beim Kratzen verunreinigte Hände die Viren weitergeben.

#### *Über verunreinigte Gegenstände*

Auch außerhalb des Körpers können die Erreger einige Tage ansteckend bleiben. Sie gelangen dann zum Beispiel über Türgriffe, Handläufe oder Wasserhähne, die mit Erregern verunreinigt sind und angefasst werden, zum nächsten Menschen.

#### *Von Mutter zu Kind*

Selten ist eine Übertragung von einer an Windpocken erkrankten Schwangeren auf ihr ungeborenes Kind möglich. Von einer an Gürtelrose erkrankten Mutter geht keine Gefahr für das Neugeborene aus, solange kein direkter Kontakt zum Ausschlag besteht.

### Welche Krankheitszeichen haben Erkrankte?

#### *Windpocken*

Erkrankte haben zunächst 1 bis 2 Tage ein leichtes Krankheitsgefühl und gelegentlich Fieber. Danach zeigt sich der typische Hautausschlag. Das Fieber kann bis 39°C steigen. Die stark juckenden Papeln breiten sich von Kopf und Rumpf über den ganzen Körper aus. Rasch bilden sich daraus flüssigkeitsgefüllte Bläschen, die auch die Schleimhäute, Genitalien und Kopfhaut befallen können. Sie trocknen später zu Krusten aus. Alle Stadien des Hautausschlages erscheinen typischerweise zeitgleich. Die Bläschen selbst heilen meistens nach 3 bis 5 Tagen ab. Durch starkes Kratzen oder eine zusätzliche bakterielle Infektion der Haut können jedoch Narben zurückbleiben. Schwere Verläufe kommen vor allem bei Neugeborenen oder Menschen mit geschwächter Immunabwehr vor, selten auch bei gesunden Kindern. Mögliche Komplikationen sind bakterielle Infektionen der Haut. Gefürchtet ist auch eine Lungenentzündung. Sie tritt bei ca. jedem fünften Erwachsenen auf, beginnt gewöhnlich 3 bis 5 Tage nach Krankheitsausbruch und kann schwer verlaufen. Auch schwangere Frauen erkranken häufiger. Selten ist das zentrale Nervensystem betroffen: Gleichgewichtsstörungen und eine Reizung der Hirnhäute sind mögliche Folgen. Selten können Windpocken in den ersten 6 Monaten der Schwangerschaft zu schweren Fehlbildungen, Augenschäden, neurologischen Erkrankungen oder zum Tod des Kindes führen. Erkrankt die Schwangere um den Geburtstermin, kann eine Windpockeninfektion für Neugeborene lebensbedrohlich sein. 30% der Kinder versterben.

#### *Gürtelrose*

Typischerweise treten flüssigkeitsgefüllte Bläschen auf. Sie röten sich, schwellen an und schmerzen. Meistens sind sie gürtelförmig auf einen Hautabschnitt einer Körperhälfte begrenzt, in der Regel am Rumpf, seltener auch am Kopf oder Hals. Nach 1 bis 2 Wochen heilen die Bläschen unter Krustenbildung ab. In der Regel verschwinden die Schmerzen zusammen mit dem Hautausschlag. In Einzelfällen bleiben die Schmerzen auch nach der Erkrankung bestehen, zum Teil jahrelang. Mögliche, aber seltene Komplikationen sind Nerven- oder Gehirnentzündungen.

# WINDPOCKEN / GÜRTELROSE

## Informationen über Krankheitserreger beim Menschen – Impfen schützt!

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

Windpocken brechen 8 Tage bis 4 Wochen nach Ansteckung aus, meistens nach gut 2 Wochen. Der Erkrankte ist schon 1 bis 2 Tage ansteckend, bevor der Ausschlag zu sehen ist und bis zu 5 bis 7 Tage nachdem sich die letzten Bläschen gebildet haben. Wer eine Erkrankung überstanden hat, ist lebenslang immun und kann kein zweites Mal Windpocken bekommen. Bei Gürtelrose-Patienten endet die Ansteckungsgefahr, wenn die letzten Bläschen verkrustet sind.

### Wer ist besonders gefährdet?

Windpocken treten in der Regel im frühen Kindesalter auf (ab dem 2. Lebensjahr, vor allem bei Kindergarten- und Schulkindern bis zu 10 Jahren). Ungeschützte Jugendliche oder Erwachsene können sich aber ebenfalls anstecken. Oft verlaufen die Erkrankungen im Erwachsenenalter schwerer. Die Gürtelrose befällt hingegen meist Menschen jenseits der 50 oder Menschen mit einer geschwächten Immunabwehr.

### Was muss ich bei einer Erkrankung beachten?

- ▶ Erkrankte sollten in der akuten Erkrankungsphase Bettruhe einhalten und isoliert werden.
- ▶ Bei Windpocken können nur die Beschwerden behandelt werden. Dazu gehört eine sorgfältige Pflege der Haut mit Bädern und juckreizstillenden Medikamenten. Antibiotika sind wirkungslos bei Krankheiten, die durch Viren ausgelöst werden. Sie kommen gegebenenfalls zum Einsatz, wenn bakteriell verursachte Komplikationen auftreten.
- ▶ Bei Gürtelrose können von Ärztin bzw. Arzt unter Umständen antivirale Medikamente verschrieben werden.
- ▶ Informieren Sie die Arztpraxis über den Verdacht einer Windpockeninfektion, damit das Praxisteam entsprechende Schutzmaßnahmen ergreifen kann.
- ▶ An Windpocken erkrankte Kinder und Erwachsene dürfen gemäß Infektionsschutzgesetz Gemeinschaftseinrichtungen wie Schulen oder Kindergärten vorübergehend nicht besuchen. Die Einrichtungen müssen bereits im Verdachtsfall informiert werden, um eine Ausbreitung zu verhindern. Auch sollten für die Dauer der Ansteckungszeit Gruppenveranstaltungen wie Feste oder Sportveranstaltungen gemieden werden.
- ▶ Schwangere oder abwehrgeschwächte Menschen, die mit Windpocken-Kranken in Kontakt gekommen sind, sollten sich unverzüglich bei ihrer behandelnden Ärztin oder ihrem Arzt melden.

### Wie kann ich mich schützen?

#### Impfung

Es gibt einen wirksamen Impfschutz gegen Windpocken. Die Ständige Impfkommission (STIKO) empfiehlt die zweiteilige Schutzimpfung für alle Kinder: Erstimpfung im Alter von 11 bis 14 Monaten sowie Zweitimpfung im Alter von 15 bis 23 Monaten zusammen mit der Mumps-Masern-Röteln-Impfung (MMR). Ungeschützte unter 18jährige ohne durchgemachte Windpockenerkrankung sollten die Impfung so früh wie möglich mit zwei Impfdosen nachholen. Bei Erwachsenen ohne durchgemachte Windpocken wird eine Impfung besonders empfohlen für Frauen mit Kinderwunsch sowie Menschen vor einer Behandlung, welche die Immunabwehr unterdrückt und vor einer Organtransplantation, ebenso Menschen mit starker Neurodermitis, sowie deren Kontaktpersonen.

#### Riegelungsimpfung

Wer mit dem Erreger in Berührung gekommen ist und keinen Schutz hat, kann sich unter Umständen auch nach der Ansteckung noch impfen lassen, um einen Krankheitsausbruch zu verhindern. Diese sogenannte „Riegelungsimpfung“ ist allerdings in der Schwangerschaft nicht möglich. Zwischen Impfung und Schwangerschaft sollten mindestens drei Monate liegen. Meiden Sie generell den Kontakt mit Erkrankten, wenn Sie keinen ausreichenden Schutz haben.

### Wo kann ich mich informieren?

Das örtliche Gesundheitsamt steht Ihnen für weitere Beratung zur Verfügung. Da Windpockenerkrankungen gemeldet werden müssen, liegen dort Informationen zur aktuellen Situation und große Erfahrung im Umgang mit der Erkrankung vor. Weitere Auskünfte zum Krankheitsbild gibt es auch im Internet auf den Seiten des Robert Koch-Institutes ([www.rki.de/varizellen](http://www.rki.de/varizellen)). Weitere Informationen zum Infektionsschutz durch Impfen finden Sie auf den Seiten der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung ([www.impfen-info.de](http://www.impfen-info.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.