



Lippenherpes: Viren in Schach halten

Es kribbelt, juckt und spannt oder brennt. So kündigen sich Herpesbläschen an, die kurz darauf meist an der Lippe zum Vorschein kommen. Ausgelöst werden sie durch Herpes-simplex-Viren, die dort an sich harmlos sind. Problematisch ist, dass sie hoch infektiös sind. Schon durch einen einmaligen Kontakt mit einer erkrankten Person kann man sich anstecken. Fast alle Menschen tragen die Erreger in sich, die jedoch meist zunächst unbemerkt bleiben.

► Reize aktivieren Viren

Durch verschiedene Reize können die Viren aus ihrem „Winterschlaf“ aufgeweckt werden, sodass bei ca. einem Drittel der Bevölkerung die Erkrankung ausbricht. Die häufigsten Auslöser sind Faktoren, die das Immunsystem schwächen, wie beispielsweise hohe UV-Strahlung im Hochgebirge oder an der See, fiebrige Erkältung, Stress oder extreme körperliche Belastung. Aber auch eine Zahnarztbehandlung oder Ekel können den Anstoß geben. Die akuten Hauterscheinungen heilen etwa innerhalb einer Woche ab. Die Viren „verstecken“ sich wieder, bis sie erneut angeregt werden. Wer einmal an Lippenbläschen erkrankt ist,

hat meist sein Leben lang immer wieder damit zu tun.

► Frühzeitig behandeln

Das liegt daran, weil die verfügbaren Medikamente die Viren nicht abtöten. Arzneistoffe wie Aciclovir und Penciclovir hemmen lediglich deren Vermehrung, die zu Beginn der akuten Phase noch vor der Bläschenbildung abläuft. Deshalb wirken diese Mittel auch nur dann, wenn sie direkt am Anfang bei den ersten Anzeichen angewendet werden. Bläschen bilden sich entweder gar nicht oder heilen zumindest schneller ab. Eine Zubereitung mit Melissenextrakt hat ein ähnliches Wirkprinzip. Zinkhaltige Gele wirken adstringierend und austrocknend.

► Ausbreitung verhindern

Ein frühzeitiges Behandeln ist auch deswegen so wichtig, um die ansteckenden Viren nicht weiterzutragen. Bei akutem Lippenherpes sollte ein Hautkontakt zu anderen Personen wie beispielsweise Küssen vermieden werden. Stillenden ist zu raten, beim Umgang mit ihrem Baby einen Mundschutz zu tragen. Besteck, Tassen oder Gläser sollten nicht gemeinsam mit Infizierten benutzt werden. Häufiges Hän-

dewaschen ist sinnvoll. Bläschen dürfen nicht aufgekratzt werden. Die Infektion könnte sonst über die Finger und Fingernägel auch auf andere Körperregionen ausgebreitet und beispielsweise am Auge gefährlich werden. Sollte dies dennoch geschehen oder die Haut stark gerötet oder angeschwollen sein, muss unbedingt ein Arzt konsultiert werden. Das Risiko, dass die Viren übertragen werden, kann jetzt reduziert werden, indem das Bläschen mit einem speziellen, hauchdünnen Hydrokolloidpflaster überklebt wird. Da das Bläschen dadurch nicht völlig austrocknet, entsteht auch keine unangenehme Kruste, die unter Umständen blutig aufreißen könnte.

► Sun-Blocker beugen vor

Ein Wiederaufflammen der lästigen Bläschen lässt sich verhindern oder zumindest deren Häufigkeit verringern, wenn auslösende Faktoren vermieden werden. Sonnenschutzmittel mit hohem Lichtschutzfaktor schützen die Lippen vor schädlichen UV-Strahlen. Alle Maßnahmen, durch die das Immunsystem gestärkt wird, helfen vorzubeugen. Wir beraten Sie gern!

Text: © Deutsches Grünes Kreuz

Sie haben Fragen?



Wir beraten Sie gern, fachkundig und individuell!

Ihr Apotheker **Rudolf Strunk**

und das Team **Alte Apotheke** – Breite Str. 14 – 45657 Recklinghausen

Sie erreichen uns

Mo – Fr:
Sa:

08.15 – 18.30 Uhr
08.30 – 14.00 Uhr

Telefon:
Fax:
E-Mail:
Internet:

02361 - 23777
02361 - 21490
alte-apotheke-re@t-online.de
www.alte-apotheke-re.de