

Lippenherpes

Lippenherpes

Lippenherpes ist eine Infektionskrankheit, die durch den Herpes-simplex-Virus verursacht wird. Etwa 90% aller Menschen sind mit dem Virus infiziert; viele ohne es zu wissen. Einmal infiziert, begleiten uns die Herpesviren ein Leben lang. Haben sie sich erst in den Nervenknotten eingenistet, so sind sie für die körpereigene Abwehr unerreichbar. Die Übertragung erfolgt durch Körperkontakt auf andere Menschen z.B. durch Küssen, Niesen oder durch Berühren eines Gegenstandes, den ein Herpesträger zuvor benutzt hat. Etwa 12 Millionen Menschen (15% der Bevölkerung) sind jährlich betroffen. Im Durchschnitt bricht Herpes 2 - 3 mal pro Jahr aus, in einigen Fällen aber auch bis zu 12 mal.

Herpes cornea - im Auge/ Trübung der Hornhaut
 Herpes genitalis - Herpes im Genitalbereich und an den Oberschenkeln
 Herpes labialis - Fieberbläschen an den Lippen
 Herpes simplex - Lippenherpes
 Herpes zoster - Gürtelrose am Rumpf, am Oberkörper oder im Gesicht

Beschwerden / Krankheitssymptome

Spannungsgefühl, Kribbeln, Jucken, Stechen, Brennen, Taubheitsgefühl

Ab dem 2.Tag bilden sich schmerzende, juckende, brennende Bläschen um den gesamten Mundbereich. Die Bläschen, in denen Flüssigkeit mit Millionen von Viren enthalten ist, platzen auf oder trocken aus. Später verkrusten Sie und heilen ab. Die Abheilung dauert im Durchschnitt ca. 10 - 14 Tage. Mit konsequenter Lippenherpescreme-Behandlung (mit dem Wirkstoff Aciclovir) jedoch nur 3 -4 Tage.

Die Phasen der Lippenherpesattacke

Erstinfektion:

Die Viren können durch jede Art von Berührung auf eine andere Person übertragen werden.

Latenzphase:

Die Viren nisten sich in den Nervenknotten des Gesichtsnervs ein.

Ausbruch:

Die Viren werden durch bestimmte Auslöser aktiviert und wandern entlang den Nervenbahnen zur Lippe.

Kribbelstadium:

Die Viren dringen in die Hautzellen ein und beginnen sich zu vermehren. Es bilden sich schmerzende Bläschen mit wässriger Flüssigkeit.

Abheilungsphase:

Nach ca. 10 Tagen heilen die Bläschen ab. Die vorhandenen Viren ziehen sich in die Nervenknotten zurück.

Auslösefaktoren

Ist das Immunsystem geschwächt oder tritt einer der typischen Auslöser auf, so kann es zu einer Kettenreaktion kommen. So bezeichnet man den Vorgang, der abläuft, wenn die Herpesviren entlang der Nervenbahnen zurück in Richtung Mund bis an die Stelle wandern, wo sie ursprünglich übertragen wurden. Dort dringen sie in gesunde Hautzellen ein und zerstören diese. Innerhalb weniger Stunden vermehren sie sich mit Hilfe eines virentypischen Mechanismus explosionsartig. Dadurch kommt es zur Bildung von entzündlichen Bläschen im Mundbereich, die sich bis über Kinn und Nase ausbreiten können.

Erste Anzeichen, was Sie tun können und worauf Sie achten müssen

- Halten Sie Ihr Immunsystem durch gesunde Lebensweise und Ernährung fit
- Erste Anzeichen - so schnell wie möglich und konsequent die Lippenherpescreme auftragen
- Achten Sie besonders auf Hygiene. Nach dem Berühren des Herpes sofort die Hände waschen. Geschirr und Handtücher nicht mit anderen teilen
- Verzichten Sie auf kosmetische Korrekturen-Lippenstifte; diese reizen die betroffenen Stellen
- Küssen verboten
- Kontaktlinsen nicht mit Speichel einsetzen
- Vermeiden Sie stressige Situationen

- Nicht an den juckenden Bläschen oder der Kruste kratzen
- Im Urlaub UV-Sonnenschutz Lippenstifte verwenden
- Tritt Lippenherpes bei Ihnen alle paar Wochen und / oder großflächig auf, sollten Sie unbedingt zum Arzt gehen

Die Behandlung von Lippenherpes

Eine große Rolle im Umgang mit Lippenherpes spielt der Zeitfaktor. Wichtig ist, beim ersten spürbaren Anzeichen - meist ein Kribbeln - sofort einzugreifen. In dieser Phase dringen die Viren in die Zelle ein und beginnen sich zu vermehren. Wird während des "Kribbelstadiums" rasch und konsequent mit einer Aciclovir-haltigen Lippencreme behandelt, lässt sich das Ausmaß der Herpesattacke begrenzen, oder sie kann sogar völlig unterdrückt werden. Präparate mit Zinkverbindungen oder Dexpanthenol wirken austrocknend und fördern die Abheilung der Bläschen. Wenn Sie Lippenherpes nicht richtig behandeln, riskieren Sie mit der Zeit häufigere und schlimmere Attacken. Denn je mehr Viren entstehen, desto mehr können sich auch wieder in die Nervenknotten zurückziehen.

Lippentagebuch

Das Lippentagebuch hilft Ihnen, Ihre individuellen Lippenherpesauslöser besser kennen zu lernen. Wir haben ihnen hierzu ein pdf. Dokument zum Download bereitgestellt (Download Lippentagebuch). Füllen Sie das Formular aus und kreuzen Sie an, welche Situationen bei Ihnen Herpes auslösen. So können Sie nach einiger Zeit besser vorhersehen, wann die Bläschen bei Ihnen zu blühen drohen.

Herpes in der Schwangerschaft und bei kleinen Kindern

In der Schwangerschaft kann es durch die Hormonumstellung zu einer Aktivierung und somit zum Ausbruch von Herpes kommen. Für das heranwachsende Baby besteht im Mutterleib noch keine Gefahr. Erst wenn sich die werdende Mutter mit Genitalherpes und damit den Säugling bei der Geburt ansteckt wird es gefährlich. Eine Herpesinfektion kann, da das Immunsystem beim Säugling noch nicht voll entwickelt ist, zu schweren Nervenschäden bis hin zur Lebensbedrohung führen. Normalerweise kommt es aber gar nicht soweit. Durch rechtzeitige Behandlung des Genitalherpes sorgt der Frauenarzt für eine Abheilung, notfalls kommt das Kind per Keiserschnitt auf die Welt.

Eltern sollten darauf achten, dass der Säugling nicht mit Herpesviren in Kontakt kommt.

- Kein Küßchen
- Nicht vom selben Löffel essen
- Lecken sie nicht den Schnuller ab
- Achtung beim Wickeln

Schwangeren empfehlen wir als Alternative das homöopathische Präparat Rhux tox D6 Globuli von DHU.