



## Informationen über Krankheitserreger beim Menschen – Impfen schützt!

### Was sind Windpocken bzw. Gürtelrose?

**Windpocken** sind hoch ansteckend. Sie werden durch *Varizella-Zoster-Viren* verursacht und kommen weltweit vor. Eine Ansteckung geschieht meist in der Kindheit und zeigt sich durch Fieber und juckenden Hautausschlag. Ist die Krankheit überstanden, bleiben die Viren schlummernd im Körper. Dort können sie viele Jahre später wieder aktiv werden und eine **Gürtelrose** verursachen. Dabei bildet sich ein Hautausschlag, der sehr schmerzhaft sein kann. Durch Impfungen sind Windpocken in Deutschland seltener geworden. Dennoch gehören die Windpocken immer noch zu den häufigsten Infektionskrankheiten, die sich durch Impfungen vermeiden lassen.

### Wie werden Windpocken bzw. Gürtelrose übertragen?

#### **Von Mensch zu Mensch**

Der Name ist bezeichnend: **Windpocken** können selbst über einen großen Abstand durch den „Wind“ übertragen werden. Die Viren werden meistens durch das Einatmen von winzigen Speicheltröpfchen aufgenommen, die Erkrankte beim Atmen, Husten, Niesen oder Sprechen in der Luft verbreiten. Fast jeder Kontakt zwischen einer ungeschützten Person und einem an Windpocken Erkrankten führt zu einer Ansteckung. Besonders ansteckend ist auch die Flüssigkeit der Bläschen, wenn diese platzen. So können die Viren beim Kratzen des Ausschlags oder der Krusten an Hände gelangen und dann von Hand zu Hand weitergegeben werden. Von den Händen werden die Viren leicht auf die Schleimhäute von Mund oder Nase übertragen.

Anders als bei Windpocken wird die **Gürtelrose** nicht durch Kontakt zu Windpocken- oder Gürtelrose-Patientinnen bzw. -Patienten ausgelöst, sondern durch ein Wiedererwachen der im Körper verbliebenen Viren. Die Gürtelrose ist auch weniger ansteckend. Die Viren werden nicht durch Tröpfchen übertragen, die beim Atmen, Husten, Niesen oder Sprechen in die Luft ausgeschieden werden. Nur die Flüssigkeit der Gürtelrose-Bläschen ist ansteckend. Daher ist der Hauptübertragungsweg hier die Schmierinfektion, vor allem über Hände. Wer noch keine Windpocken-Erkrankung durchgemacht hat und nicht dagegen geimpft ist, kann sich durch den Kontakt zu Gürtelrose-Bläschen mit dem *Varizella-Zoster-Virus* anstecken und zunächst an Windpocken erkranken.

#### **Über verunreinigte Gegenstände**

Auch außerhalb des Körpers können die Viren einige Stunden bis wenige Tage ansteckend bleiben. Möglich ist eine Übertragung zum Beispiel durch Anfassen von Türgriffen, Handläufen, Wasserhähnen oder Spielzeug, an denen die Erreger haften.

#### **In der Schwangerschaft und bei Neugeborenen**

Selten ist eine Übertragung auf das ungeborene Kind über die Blutbahn in der Schwangerschaft möglich, wenn die Mutter in den ersten 6 Monaten der Schwangerschaft an Windpocken erkrankt. Erkrankt eine Schwangere hingegen kurz vor oder nach dem Geburtstermin an Windpocken, besteht für das Neugeborene eine hohe Ansteckungsgefahr.

Von einer Gürtelrose-Erkrankung der Mutter geht dagegen keine Gefahr für das ungeborene Kind aus.

### 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 selten über 39°C steigen. Der stark juckende Ausschlag breitet 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 einer geschwächten Immunabwehr vor, sie sind aber auch bei ansonsten Gesunden möglich.

#### **Mögliche Komplikationen**

- ▶ Zusätzliche bakterielle Infektionen der Haut sind möglich.
- ▶ Gefürchtet ist eine Lungenentzündung. Sie tritt bei etwa jedem 5. Erwachsenen auf, beginnt gewöhnlich 3 bis 5 Tage nach Krankheitsausbruch und kann schwer verlaufen. Schwangere Frauen sind besonders gefährdet.
- ▶ Selten ist das zentrale Nervensystem betroffen: Gleichgewichtsstörungen und eine Reizung der Hirnhäute sind mögliche Folgen.

#### **Während der Schwangerschaft**

- ▶ Selten können Windpocken in den ersten 6 Monaten der Schwangerschaft zu Hautveränderungen, Augenschäden, schweren Fehlbildungen und neurologischen Krankheiten des Kindes führen.
- ▶ Erkrankt die Schwangere um den Geburtstermin, kann eine Windpocken-Infektion für das Kind lebensbedrohlich sein. Bis zu 30 % der Kinder sterben.

#### **Gürtelrose**

Typischerweise treten flüssigkeitsgefüllte Bläschen auf. Sie röten sich, schwellen an und schmerzen. Meistens sind sie auf einen Hautabschnitt einer Körperhälfte begrenzt, in der Regel gürtelförmig 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. Die Schmerzen können jedoch auch nach der Abheilung bestehen bleiben, zum Teil jahrelang. Mögliche, aber seltene Komplikationen sind Nerven- oder Gehirnentzündungen.

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

Die **Windpocken** brechen 8 Tage bis 4 Wochen nach Ansteckung aus, meistens nach gut 2 Wochen. Erkrankte sind schon 1 bis 2 Tage, bevor der Ausschlag zu sehen ist, ansteckend. Die Ansteckungsgefahr endet, wenn alle Bläschen verkrustet sind (in der Regel 5 bis 7 Tage nach Beginn des Ausschlags). Bei **Gürtelrose** endet die Ansteckungsgefahr ebenfalls, wenn die letzten Bläschen verkrustet sind.



## Informationen über Krankheitserreger beim Menschen – Impfen schützt!

### Wer ist besonders gefährdet?

**Windpocken** treten in der Regel im frühen Kindesalter auf. Besonders betroffen sind Kindergarten- und Schulkinder bis zu 10 Jahren. Ungeschützte Jugendliche oder Erwachsene können sich aber ebenfalls anstecken. Oft verlaufen die Windpocken im Erwachsenenalter schwerer. Wer eine Erkrankung überstanden hat, ist in der Regel lebenslang gegen Windpocken immun. Jeder, der an Windpocken erkrankt war, kann aber auch an Gürtelrose erkranken. Von der **Gürtelrose** betroffen sind am häufigsten Menschen jenseits der 50 oder Menschen mit einer geschwächten Abwehrlage.

### Was muss ich bei einer Erkrankung beachten?

- ▶ Erkrankte sollten sich in der akuten Erkrankungsphase zu Hause auskurieren und den Kontakt mit Menschen meiden, die an einer Abwehrschwäche leiden.
- ▶ Bei **Windpocken** werden in der Regel nur die Beschwerden behandelt. Dazu gehört eine sorgfältige Pflege der Haut mit Bädern und Juckreiz stillenden Medikamenten. Die Hautpflege hilft zudem, bakterielle Infektionen der Haut zu vermeiden.
- ▶ Antibiotika sind bei Krankheiten, die durch Viren ausgelöst werden, wirkungslos. Sie kommen gegebenenfalls zum Einsatz, wenn bakteriell verursachte Komplikationen auftreten.
- ▶ Die **Gürtelrose** wird in der Regel durch eine sorgfältige Hautpflege und zusätzlich verordnete antivirale Medikamente behandelt.
- ▶ Informieren Sie die Arztpraxis vor einem Besuch über den Verdacht einer **Windpocken**-Erkrankung, damit das Praxisteam entsprechende Schutzmaßnahmen ergreifen kann.
- ▶ Bei **Windpocken** gelten die Regelungen des Infektionsschutzgesetzes. Kinder und Erwachsene, bei denen eine Windpocken-Erkrankung festgestellt wurde bzw. der Verdacht darauf besteht, dürfen Gemeinschaftseinrichtungen wie Schulen oder Kindergärten vorübergehend nicht besuchen oder dort tätig sein. Dies gilt auch für Personen, in deren Wohngemeinschaft ein Krankheits- oder Verdachtsfall aufgetreten ist, wenn sie über keinen ausreichenden Schutz vor Windpocken verfügen. Betroffene müssen die Gemeinschaftseinrichtung über die Erkrankung informieren. Gemeinschaftseinrichtungen dürfen wieder besucht werden, sobald die Erkrankten nicht mehr ansteckend sind.
- ▶ Ungeschützte Schwangere oder Menschen mit einer Abwehrschwäche, die mit Erkrankten in Kontakt gekommen sind, sollten sich unverzüglich bei ihrer behandelnden Ärztin oder ihrem behandelnden Arzt melden.

### Wie kann ich mich schützen?

#### Impfung gegen Windpocken

Die Ständige Impfkommission (STIKO) empfiehlt die Impfung gegen Windpocken.

- ▶ **Für Kinder** wird der Aufbau des Impfschutzes in zwei Schritten empfohlen: Die erste Impfung sollte im Alter von 11 bis 14 Monaten und die zweite im Alter von 15 bis 23 Monaten erfolgen.
- ▶ **Ungeimpfte sowie nur einmal geimpfte Kinder und Jugendliche** sollen fehlende Impfungen so schnell wie möglich nachholen.
- ▶ **Bei ungeimpften Erwachsenen** ohne durchgemachte Windpocken wird eine Impfung mit zwei Impfdosen empfohlen:
  - ▶ für Menschen, die im Gesundheitsdienst arbeiten bzw. in Gemeinschaftseinrichtungen für Kinder im Vorschulalter neu eingestellt werden,
  - ▶ für Frauen mit Kinderwunsch,
  - ▶ vor einer Behandlung, welche die Immunabwehr unterdrückt,
  - ▶ vor einer Organtransplantation,
  - ▶ für Menschen mit starker Neurodermitis,
 sowie bei den drei letztgenannten auch für deren Kontaktpersonen.

Personen, die zu Windpocken-Erkrankten Kontakt hatten und nicht geschützt sind, können sich unter Umständen auch nachträglich noch impfen lassen. Nähere Informationen bietet hier das örtliche Gesundheitsamt.

#### Impfung gegen Gürtelrose

Die Ständige Impfkommission (STIKO) empfiehlt die Impfung mit einem Totimpfstoff gegen Gürtelrose:

- ▶ allen Personen ab 60 Jahren,
- ▶ Personen ab 50 Jahren, deren Abwehrsystem durch Krankheit oder Behandlung geschwächt ist,
- ▶ Personen ab 50 Jahren mit Grunderkrankungen wie beispielsweise Diabetes, rheumatoide Arthritis, chronisch-entzündlichen Darmerkrankungen, chronisch-obstruktiver Lungenerkrankung oder Asthma.

Die Impfung besteht aus zwei Impfdosen, die im Abstand von mindestens 2 bis maximal 6 Monaten verabreicht werden.

### Wo kann ich mich informieren?

Das örtliche Gesundheitsamt steht Ihnen für weitere Beratung zur Verfügung. Da Windpocken gemeldet werden müssen, liegen dort Informationen zur aktuellen Situation und große Erfahrung im Umgang mit der Krankheit vor. Weitere (Fach-) Informationen 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.