

Lippenherpes



Patienten-Ratgeber

Die Familienunternehmen InfectoPharm und Pädia gehören zu den führenden Herstellern von Medikamenten und Gesundheitsprodukten, insbesondere für Kinder. Für Groß und Klein entwickeln wir qualitativ hochwertige und innovative Präparate, um Ihnen die Therapie zu erleichtern und damit den Therapieerfolg zu verbessern.

Ärzte, Hebammen und Apotheker vertrauen auf die Qualität und Wirksamkeit unserer Präparate und schätzen unsere langjährige Erfahrung. Darum wird auch das umfangreiche Angebot unserer leicht verständlichen Service- und Informationsmaterialien für Patienten gerne genutzt.

Wir freuen uns sehr, wenn wir auch Sie und Ihre Familie mit diesem Ratgeber in der gegenwärtigen Situation unterstützen können und wünschen gute Besserung!

Ihre



Familie Zöller

Liebe Patienten,

wenn Sie diese Broschüre in den Händen halten, gehören Sie vermutlich zu den ca. 10 Millionen Menschen, die allein in Deutschland unter wiederkehrenden Lippenherpes-Schüben leiden. Obwohl die Viruserkrankung in der Regel harmlos verläuft, ist sie für Sie als Betroffene äußerst unangenehm. Neben den Schmerzen, dem Jucken, Ziehen und Kribbeln sind es die sichtbaren Zeichen des Lippenherpes, die im täglichen Leben belastend sind.

Wir haben für Sie alle interessanten Fakten zum Thema Lippenherpes zusammengestellt. Die schlechte Nachricht vorab: Das Herpes-Virus verweilt ein Leben lang im Körper; Sie werden vermutlich immer wieder von Bläschen betroffen sein. Die gute Nachricht: Sie können selbst dazu beitragen, das sichtbare Ausmaß und die Anzahl der Schübe zu reduzieren.

Ihr Team von



Was ist Herpes simplex?

Herpes simplex ist eine Virusinfektion, ausgelöst durch den Herpes-simplex-Virus (HSV). Umgangssprachlich wird meist die Bezeichnung Herpes verwendet.

Lippenherpes verläuft in Schüben

Bei Lippenherpes wechseln sich akute Schübe, in denen die Krankheit sichtbar und ansteckend ist, mit inaktiven Phasen ab, in denen sich das Virus im Körper „versteckt“. Von Lippenherpes Betroffene erkennen oft schon an einem charakteristischen Kribbeln, dass ein akuter Schub droht. Der akute Schub besteht aus 6 Phasen:



Viele Menschen leiden immer wieder unter den schmerzenden Bläschen

Wussten Sie schon ...?

Spricht man im Volksmund von Herpes, so ist damit eine Infektion durch Herpes-simplex-Viren (HSV) gemeint. Hierbei unterscheidet man zwei Typen, HSV-1 und HSV-2. Während HSV-2 insbesondere Hautzellen in der Genitalregion infiziert, zeigt sich die HSV-1-Infektion vor allem im Gesicht, speziell in der Lippenregion. Deshalb ist diese Form unter dem Namen Lippenherpes bekannt.

- > Frühphase:
Schmerzen, Kribbeln, Brennen, Spannungsgefühl bei noch intakter Haut
- > Rötungsphase:
Gerötete, schmerzhaft Papeln erscheinen
- > Bläschenphase:
Papeln werden zu flüssigkeitsgefüllten Bläschen. Das Sekret enthält Millionen von Viren und ist hochinfektiös
- > Wundphase:
Aufbrechen und Verschmelzen der Bläschen, es bilden sich schmerzhaft nässende Wunden
- > Verkrustungsphase:
Bildung stark juckender Krusten und Schorf
- > Abheilungsphase:
Restliche Rötung und Schwellung heilen ohne Narbenbildung ab

Ursachen und Auslöser von Lippenherpes

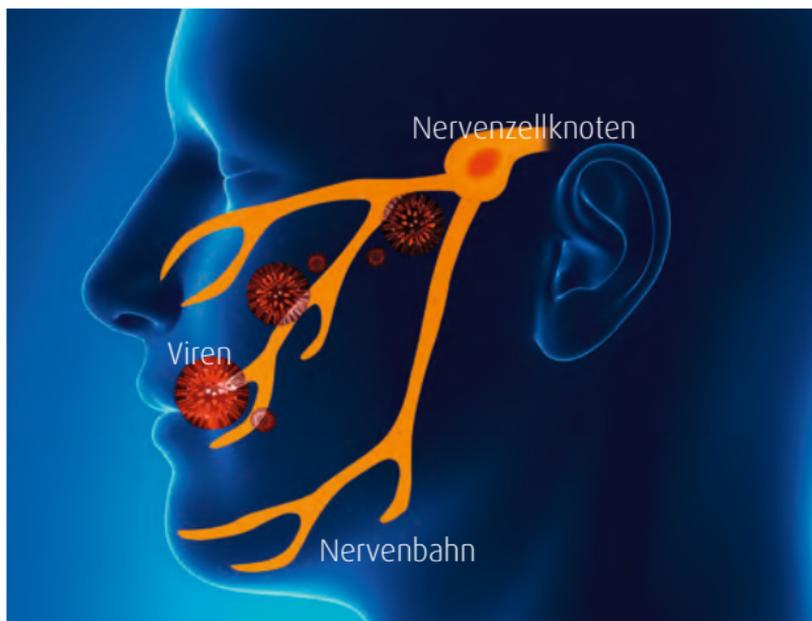
In Blutproben kann man sehen, dass bereits 70 Millionen Deutsche mit HSV-1 in Kontakt gekommen sind. Sie gelten als infiziert. Jedoch bricht nur bei ca. 10 Millionen von ihnen tatsächlich Lippenherpes aus. Die Gründe hierfür sind immer noch nicht erforscht.

Wie erfolgt die Infektion mit Lippenherpes?

HSV-1 verbreitet sich durch eine Tröpfchen- oder Schmierinfektion über die Schleimhäute. 80–90 % der Bevölkerung infizieren sich in der Kindheit durch Kontakt innerhalb der Familie oder mit anderen Kindern. Diese Erstinfektion verläuft in der Regel ohne Symptome. Das Virus verbleibt danach ein Leben lang im Körper und nistet sich in Teilen des Nervensystems ein, den Nervenzellknoten. Bei den meisten Menschen wird es nie wieder aktiv – sie bemerken die Infektion gar nicht. Etwa 15 % der Infizierten haben nicht so viel Glück: Durch unterschiedliche Auslöser hervorgerufen wandert das Virus über Nervenbahnen bis in die Lippenregion, infiziert dort von Neuem die Zellen und löst einen Herpes-Schub aus.

Wodurch bricht ein Schub aus?

Herpes-Schübe können durch viele Auslöser verursacht werden. Die wichtigsten sind Schädigungen der Haut an der Lippe oder die Schwächung des gesamten Körpers.



Das Virus gelangt über Nervenbahnen zurück zur Lippe

Typische Auslöser von Lippenherpes sind:

- > UV-Licht oder Laserstrahlung
- > kleine Verletzungen oder Verbrennungen an der Lippe
- > Schwächung des Immunsystems, z. B. bei einer Erkältung oder Infektion
- > hormonelle Schwankungen
- > psychische Auslöser wie Stress oder Ekel

Umgang mit Lippenherpes

Ansteckung innerhalb der Familie

Kuscheln, Küssen – enger Körperkontakt in der Familie ist wichtig für das emotionale Wohlbefinden. Doch Vorsicht bei Lippenherpes: Vom ersten Kribbeln bis zum vollständigen Abklingen ist die Ansteckungsgefahr groß.

Wie verhalte ich mich bei akuten Schüben?

- > Berühren Sie den Infektionsherd nicht mit den Fingern bzw. waschen Sie diese nach einer Berührung sorgfältig!
- > Achten Sie darauf, dass kein Kontakt zwischen den Bläschen und Nase oder Augen stattfindet (z. B. beim Naseputzen oder über Q-Tips), um eine gefährliche Ausbreitung der Infektion zu verhindern.
- > Vermeiden Sie jeden Lippenkontakt mit anderen.
- > Teilen Sie Besteck, Gläser, Zahnbürsten und Handtücher nicht mit anderen Menschen.
- > Beginnen Sie frühzeitig mit der Behandlung. Bevorzugen Sie dabei lieber geprüfte Arzneimittel aus der Apotheke anstelle von Hausmitteln.

Wie kann ich vorbeugen?

- > Schützen Sie Ihre Lippen vor intensiver UV-Strahlung durch die Sonne, z. B. mit einem Pflegestift mit hohem Lichtschutzfaktor.
- > Stärken Sie Ihr Immunsystem. Herpes tritt häufig auf, wenn der Körper geschwächt ist, z. B. bei einer Erkältung.
- > Achten Sie auf ausreichend Schlaf. Auch das stärkt Ihr Immunsystem.
- > Bemühen Sie sich, Stress zu reduzieren.
- > Beobachten Sie Ihre persönlichen Herpes-Auslöser und versuchen Sie, diese zu vermeiden.
- > Vermeiden Sie unnötige Eingriffe an der Haut, wie z. B. kosmetische Laserbehandlungen.

Bitte Vorsicht vor engem Körperkontakt bei einem akuten Schub



Behandlungsmöglichkeiten akuter Schübe

Chemische Wirkstoffe

Bekannte Wirkstoffe zur Bekämpfung von Herpes-Bläschen sind Aciclovir und Penciclovir. Sie dringen in Hautzellen ein und werden dort als „falsche Bausteine“ in die DNA des Herpes-Virus eingebaut. Das Virus kann sich nicht mehr vermehren.

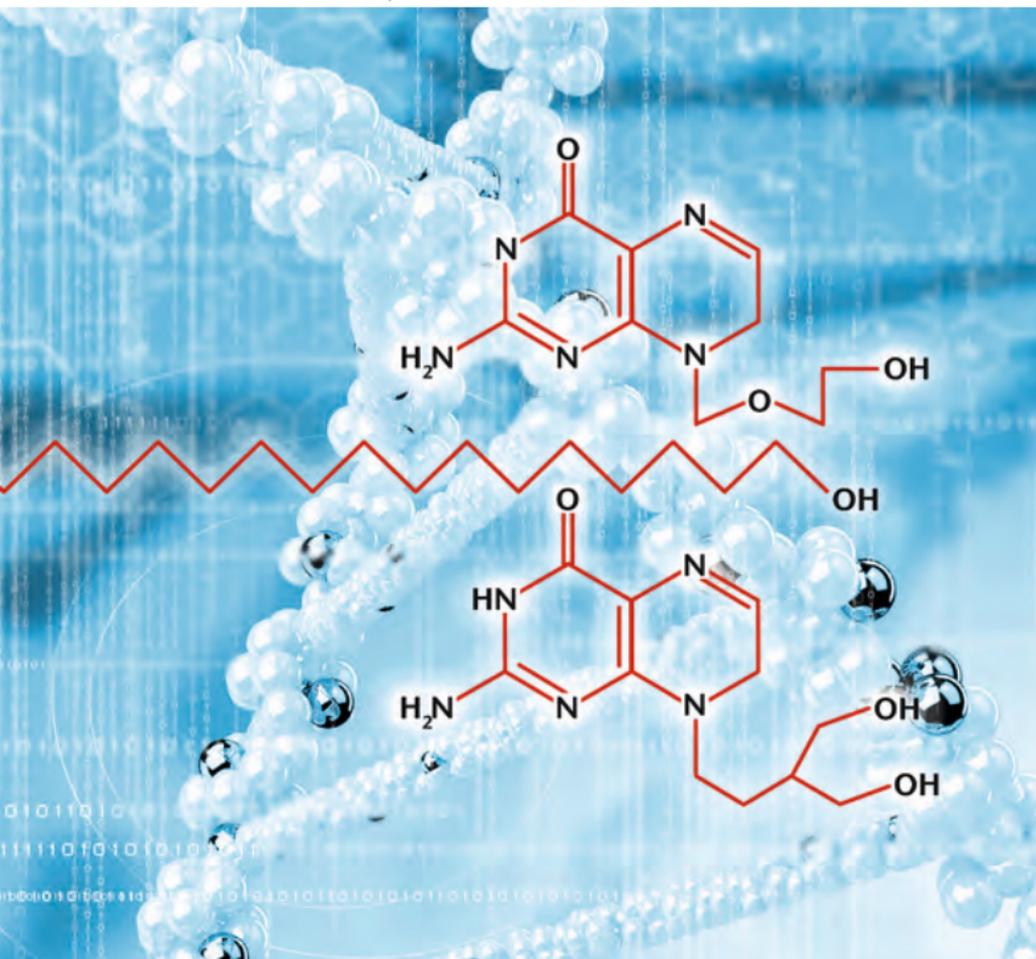
Als Tablette eingenommen wirkt Aciclovir im ganzen Körper und ist eine wichtige Behandlungsform bei schweren Virusinfektionen. Als Lippenherpes-Creme hat es jedoch Nachteile: Die Wirkung tritt erst ein, wenn der Herpes bereits ausgebrochen ist – der Schub lässt sich also nicht mehr verhindern. Zudem wird diese Wirkstoffgruppe nur bedingt für Kinder und Schwangere empfohlen. Besonders problematisch: Herpes-Viren können eine Resistenz gegen Aciclovir und Penciclovir entwickeln. Bei einer schweren Herpes-Infektion steht dann keine zuverlässige Behandlungsmethode mehr zur Verfügung.

Wussten Sie schon, dass ...

- > die Primärinfektion mit HSV-1 meist ohne Symptome verläuft?
- > es bis heute keine Impfung gegen Herpesviren gibt?
- > kein Therapeutikum die Herpes-simplex Infektion vollständig aus dem Körper vertreiben kann?

Ein weiterer synthetischer Wirkstoff ist Docosanol. Er schirmt gesunde Hautzellen ab. Der genaue Wirkmechanismus von Docosanol ist wissenschaftlich nicht aufgeklärt. Das Herpes-Virus selbst bleibt jedoch unbeeinflusst. Dadurch bleiben Herpesviren in der Haut ansteckend und können weitere Zellen befallen. So verbleibt ein Infektionsrisiko für betroffene Patienten und ihre Mitmenschen.

Die Wirkstoffe vieler Herpesmittel sind chemische Substanzen



Pflanzliche Wirkstoffe

Einen sehr gut wirksamen und unbedenklichen Wirkstoff bietet die Natur. Medizinisch wird seit vielen Jahren hochkonzentrierter Melissenextrakt sehr erfolgreich zur Behandlung von Lippenherpes eingesetzt. Die Wirkweise von hochkonzentriertem Melissenextrakt ist ebenso hautfreundlich wie effektiv:

> Natürlicher Wirkstoff

Die Melisse verändert nicht die DNA des Menschen.

> Wirkung

Klinische Studien haben gezeigt, dass Melissenextrakt effektiv die Symptome des Lippenherpes lindert.

> Frühzeitige Anwendung

Rechtzeitig aufgetragen kann hochkonzentrierter Melissenextrakt einen Herpes-Ausbruch oft noch mildern.

> Keine Resistenzen

Im Gegensatz zu synthetischen Substanzen tritt kein Gewöhnungseffekt der Herpes-Viren gegenüber Melissenextrakt ein.

> Wirksam und schonend für die ganze Familie

Als einziger Wirkstoff eignet sich hochkonzentrierter Melissenextrakt für Kinder ab 3 Jahren, Erwachsene, Schwangere und alte Menschen.

Kosmetika und Hausmittel

Herpes-Pflaster und elektronische Lippenstifte

Auch transparente Pflaster sowie elektronische Lippenstifte werden zur Anwendung bei Lippenherpes angeboten. Herpes-Pflaster erfüllen in erster Linie einen kosmetischen Zweck. Sie werden direkt auf die Bläschen geklebt, sodass die Lippen überschminkt werden können, und schützen die Wunde vor Verschmutzung. Elektronische Lippenstifte erzeugen entweder einen schwachen Strom oder eine spezielle Temperatur. Der Strom soll den pH-Wert der Haut senken, sodass Herpes sich nicht ausbreiten kann. Die konzentrierte Wärme zielt auf ein Absterben der Herpes-Viren ab. Weder für die Pflaster noch für die elektronischen Lippenstifte liegen ausreichende Studien vor, die eine Wirkung bestätigen.

Hochkonzentrierten Melissenextrakt in einer Lippenpflegecreme finden Sie in Ihrer Apotheke



Wie gut sind Hausmittel?

Wie groß der Leidensdruck bei Herpes-Patienten ist, zeigt sich an der Bereitschaft zum Experimentieren mit Hausmitteln. Einige Menschen benutzen einen Fön, um die juckende Wunde zu erhitzen, andere schwören darauf, die betroffene Stelle mit Honig, Teebaumöl oder Zahnpasta zu betupfen. Keines dieser Mittel hat eine nachgewiesene Wirkung, eher wird die Haut zusätzlich ausgetrocknet und belastet, die Heildauer verlängert sich schlimmstenfalls. Auch ein Zitronenmelisse-Aufguss bringt keine Linderung. Nur hoch konzentriert und arzneilich aufbereitet entfaltet die Arzneipflanze ihre starke Heilkraft.

Wichtig!

Ergreifen Sie Präventivmaßnahmen. Schützen Sie Ihre Lippen, z.B. durch effektiven UV-Schutz. Beginnen Sie immer möglichst früh mit der Therapie, am besten sofort beim ersten Kribbeln. So können Sie das Ausmaß des Schubes deutlich reduzieren.



Kleines Botanikum - die Zitronenmelisse

Lateinischer Name: *Melissa officinalis*

Familie: gehört zu den Lippenblütlern



Aussehen: krautartiges Gewächs, wird bis zu 80 cm hoch

Alter: die Pflanze kann bis zu 25 Jahre alt werden

Verbreitung: beheimatet ist die Melisse ursprünglich im Mittelmeerraum und Westasien, heutzutage ist sie aber weit verbreitet

Interessant: Die Blätter der Zitronenmelisse enthalten ätherisches Öl, das stark nach Zitrone duftet. Das wohlriechende Aroma lockt Insekten zur Bestäubung an, insbesondere die Bienen.

Arzneipflanze: Melisse wird bei Herpes-Infektionen eingesetzt. Außerdem sagt man ihr auch eine antibakterielle, krampflösende und beruhigende Wirkung nach.

Auszeichnungen: Arzneipflanze des Jahres 1988

Mein Merktzettel für die Apotheke

Weitere Ratgeber

Für die unterschiedlichsten Themenbereiche bieten wir Ihnen weitere Ratgeber an. Fragen Sie Ihre Hebamme, Ihren Arzt oder Apotheker.



Zusätzlich haben wir im Angebot auch einige fremdsprachige Ratgeber: Kopfläuse (englisch, türkisch, russisch, französisch, arabisch, persisch); Krupp (türkisch); Madenwürmer (englisch, türkisch, französisch, persisch, arabisch); Säuglingskoliken (türkisch)

Weitere Ratgeber finden Sie unter
www.infectopharm.com/ratgeber

Mein Merktzettel für die Apotheke



13

Wir hoffen, dass wir Ihnen mit dieser Broschüre hilfreiche Tipps geben konnten, wie Sie in Zukunft bei Lippenherpes Linderung erhalten können.

Falls Sie weitere Fragen haben, wenden Sie sich vertrauensvoll an Ihren Arzt oder Apotheker.

Diese Broschüre wurde überreicht durch:

Praxis-/Apothekenstempel

P6500773-12-1120

Hinweis: Der Inhalt dieser Broschüre dient ausschließlich der Information und kann keinesfalls die ärztliche Beratung ersetzen. Bei speziellen Fragen suchen Sie bitte den Arzt auf.

InfectoPharm Arzneimittel und Consilium GmbH · Pädia GmbH

Von-Humboldt-Str. 1 · 64646 Heppenheim · www.infectopharm.com · www.pädia.de

 **INFECTOPHARM**
Wissen wirkt.

 **pädia**