

Pfeiffersches Drüsenfieber



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

A handwritten signature in green ink that reads "Familie Zöller". The script is cursive and elegant, with a horizontal line above the "Z" and a long, sweeping underline.

Familie Zöller

Liebe Leserinnen und Leser*,

im Zusammenhang mit Halsschmerzen und Erkältungskrankheiten hört man immer wieder vom „Pfeifferschen Drüsenfieber“. Das Pfeiffersche Drüsenfieber, in Fachkreisen auch infektiöse Mononukleose genannt, ist eine Viruserkrankung, die häufig im Kindesalter auftritt und in dieser Altersgruppe meist ohne oder mit nur leichten Krankheitszeichen verläuft. Bei Jugendlichen und Erwachsenen können ausgeprägtere Symptome auftreten.

In dieser Broschüre lernen Sie, wie es zur Infektion mit Pfeifferschem Drüsenfieber kommt, wie man sich von einer Infektion am besten erholt und auf welche Warnsignale Sie achten sollten.

Wir hoffen, dass wir Ihnen mit dem Ratgeber nützliches Wissen zum Thema Pfeiffersches Drüsenfieber an die Hand geben können.

Ihr Team von InfectoPharm & Pädia



Wir danken der Fachärztin für Mikrobiologie, Virologie und Infektionsepidemiologie, Frau Dr. Daniela Huzly, für die fachredaktionelle Unterstützung bei der Erstellung dieses Ratgebers.

*Alle Leserinnen und Leser sind uns unabhängig von ihrem Geschlecht gleichermaßen wichtig und willkommen. Zur besseren Lesbarkeit verwenden wir in diesem Heft überwiegend nur eine Gender-Form. Wir danken für Ihr Verständnis.

Was ist das Pfeiffersche Drüsenfieber?

Das Pfeiffersche Drüsenfieber ist eine Erkrankung, die durch eine Infektion mit dem Epstein-Barr-Virus (EBV) ausgelöst wird. In Europa haben schätzungsweise 90 % der Menschen über 25 Jahren eine EBV-Infektion bereits hinter sich. Häufig durchlebt man die Erkrankung schon im Kindesalter. Dabei verläuft sie oft symptomlos oder mit nur leichten Erkältungssymptomen. Infiziert man sich dagegen im Jugend- oder Erwachsenenalter zum ersten Mal mit EBV, sind die Krankheitszeichen meist deutlich ausgeprägter.

Wie überträgt sich das Epstein-Barr-Virus?

Das EBV befindet sich hauptsächlich im Speichel, weshalb es sich vor allem durch engen Kontakt wie Küsse oder die gemeinsame Nutzung von Besteck und Gläsern überträgt.

Das EBV gehört zu der Gruppe der Herpesviren und bleibt wie alle Vertreter dieser Gruppe auch nach vollständigem Ausheilen der Erkrankung lebenslang im Körper. Es wird dabei immer wieder über den Speichel ausgeschieden, ohne erneut krank zu machen. So können weitere Personen angesteckt werden, obwohl man schon lange wieder gesund ist. Menschen, die sich mit EBV angesteckt haben, können das Virus schon vor Auftreten der ersten Symptome weitergeben.

Bei Menschen mit einem geschwächten Immunsystem, beispielsweise bedingt durch andere Erkrankungen oder Medikamente, kann das Virus jedoch unkontrolliert aktiviert werden und schwere Erkrankungen auslösen. Auch die Erstinfektion kann bei einer Immunschwäche schwerer verlaufen.



Symptome und Verlauf des Pfeifferschen Drüsenfiebers

Was sind die Symptome des Pfeifferschen Drüsenfiebers?

Sollten bei einer EBV-Infektion Symptome auftreten, sind dies in der Regel Fieber und starke Halsschmerzen aufgrund einer Entzündung der Gaumenmandeln. Ebenfalls typisch für Pfeiffersches Drüsenfieber ist ein Anschwellen der Lymphknoten, insbesondere im Hals und Nackenbereich. Häufig werden diese Symptome von einer starken Müdigkeit begleitet.



Da auch die Milz und Leber während der Erkrankung anschwellen können, sind Begleitsymptome wie Übelkeit und Bauchschmerzen möglich. Bei Verdacht auf eine EBV-Infektion ist es ratsam, einen Arzt aufzusuchen, um mögliche Risiken frühzeitig erkennen und behandeln zu können.

Komplikationen bei EBV-Infektionen sind in der Regel sehr selten. Treten allerdings Atemnot, starke Kopf- oder Bauchschmerzen, Übelkeit, Seh- oder Hörstörungen, starke Muskelschwäche oder Schmerzen im Brustkorb auf, sollten Sie sofort einen Arzt aufsuchen.

Wie läuft eine EBV-Erkrankung ab?

Die Inkubationszeit, also die Zeit zwischen Ansteckung und dem Auftreten erster Symptome, kann relativ lang sein. Nach erfolgter Ansteckung kann es 30 bis 50 Tage dauern, bis die Erkrankung ausbricht. Es ist ratsam, bereits bei den ersten Anzeichen zuhause zu bleiben, da die Erkrankung bereits in der Inkubationszeit übertragen werden kann.

Die akute Erkrankungsphase dauert meist 2 bis 3 Wochen und beginnt mit grippeähnlichen Beschwerden, Müdigkeit und Gliederschmerzen. Anschließend kommen Fieber, Halsschmerzen und geschwollene Lymphknoten dazu. Die Müdigkeit ist meist in der zweiten und dritten Woche am stärksten. Während dieser Zeit kann das Fieber immer wieder ansteigen und absinken.

Wann ist man wieder fit?

Üblicherweise ist die Erkrankung nach wenigen Wochen überstanden und heilt folgenlos aus. Zur Schule bzw. zur Arbeit sollte man erst wieder gehen, wenn die akuten Beschwerden abgeklungen sind und die Müdigkeit und Erschöpfung deutlich nachgelassen haben. Bis die volle Leistungsfähigkeit wieder erreicht ist, kann es mehrere Wochen bis Monate dauern.

In sehr seltenen Fällen zeigt die Erkrankung einen chronischen Verlauf, bei dem die Beschwerden langfristig bestehen bleiben. Sie können auch zwischenzeitlich verschwinden und dann wieder auftreten.

Ärztliche Diagnostik

Zur Diagnose einer EBV-Infektion erfragt der Arzt zunächst die vorliegenden Symptome und führt dann eine Untersuchung durch, bei der er die Lymphknoten sowie den Bauchraum abtastet und den Rachen untersucht.

Bei Verdacht einer Infektion kann der Arzt dann einen Bluttest auf EBV-Antikörper durchführen. Anhand der Konstellation der gemessenen Antikörper kann der Arzt erkennen, ob eine akute Infektion vorliegt. Während einer Infektion und einige Zeit danach können außerdem die Leberwerte erhöht sein.



Das Pfeiffersche Drüsenfieber kann symptomlos verlaufen oder mit Symptomen, die einer „herkömmlichen“ Erkältung sehr ähnlich sind. Es ist dennoch wichtig, dass ein Arzt die Erkrankung diagnostiziert und betreut. Daher gilt: Stark geschwollene Lymphknoten sind ein Zeichen für Pfeiffersches Drüsenfieber und sollten ärztlich abgeklärt werden.



Was gibt es für Behandlungsmöglichkeiten bei Pfeifferschem Drüsenfieber?

Da bei einer EBV-Infektion weder antivirale Medikamente noch Antibiotika wirksam sind, beruht die Therapie auf der Behandlung der Symptome. Gegen Fieber und Schmerzen können vom Arzt Schmerzmittel wie Ibuprofen oder Paracetamol verordnet werden. Doch auch wenn man sich durch die Medikamente möglicherweise besser fühlt, ist es wichtig, zuhause zu bleiben und sich vollständig zu erholen.

Bei Halsschmerzen und Schluckbeschwerden können Bonbons und Lutschpastillen Linderung verschaffen. Salbei- und Kamillentees können einen durch das Fieber bedingten Flüssigkeitsverlust ausgleichen und werden oft als wohltuend empfunden.

In seltenen schwereren Fällen, bei denen z. B. Atemnot auftritt, kann es notwendig sein, dass ein Arzt weitere Medikamente verschreibt. Welches Medikament benötigt wird, entscheidet der Arzt im Einzelfall.



Die Behandlung von unkomplizierten Verläufen des Pfeifferschen Drüsenfiebers besteht vor allem aus Erholung, Verzicht auf Sport und der Einnahme von schmerz-/fieberstillenden Medikamenten. Ein Verzicht auf Sport ist wichtig, um die inneren Organe nicht zusätzlich zu belasten.

Es ist wichtig, dem Körper Zeit und Ruhe zu geben, damit er das Virus bekämpfen und sich erholen kann. Viel Ruhe, genügend Schlaf, ausreichend Flüssigkeit und möglichst wenig körperliche Anstrengung tragen dazu bei, dass Sie die Erkrankung schneller überstehen.



Verhaltensempfehlungen für Erkrankte

Hygienemaßnahmen

EBV wird vor allem über Speichel übertragen. Nach überstandener EBV-Infektion verbleibt das Virus lebenslang im Körper und kann zeitweise im Speichel nachgewiesen werden, ohne dass der Träger Krankheitssymptome zeigt. Dadurch besteht die Möglichkeit, das Virus unbeabsichtigt auf Personen zu übertragen, die bisher keinen Kontakt zum EBV hatten.

Obwohl es generell ratsam ist, persönliche Gegenstände wie Gläser, Trinkflaschen oder Besteck nicht mit anderen zu teilen, ist besondere Vorsicht geboten im Umgang mit Menschen, die noch keine EBV-Infektion durchgemacht haben. In solchen Fällen ist es besonders wichtig, auf die strikte Trennung von Gebrauchsgegenständen zu achten, um das Übertragungsrisiko zu minimieren. Auf Küsse sollte ebenfalls verzichtet werden.

Warum sollte man keinen Sport treiben?

Da durch die Infektion Milz und Leber anschwellen können, ist es wichtig, Sport, das Heben von schweren Lasten und andere Anstrengungen zu vermeiden, um die geschwollenen Organe nicht zusätzlich zu belasten. Mit sportlicher Aktivität sollte frühestens nach 4 bis 6 Wochen und vor allem langsam begonnen werden – und auch nur dann, wenn man sich wieder fit und erholt fühlt.

Welche Langzeitfolgen kann das Pfeiffersche Drüsenfieber haben?

Das EBV kann in sehr seltenen Fällen mit bestimmten Gesundheitsproblemen in Verbindung gebracht werden, einschließlich einiger spezieller Krebsarten. Dieses Risiko ist bei Menschen mit Immundefekt oder Organtransplantationen etwas erhöht. Doch obwohl viele Menschen eine EBV-Infektion bereits durchlebt haben, ist nur bei wenigen Tumoren ein Zusammenhang mit der EBV-Infektion nachgewiesen.

Für einige Autoimmunerkrankungen wie Multiple Sklerose lässt sich ebenfalls ein Zusammenhang mit einer vorangegangenen EBV-Infektion nachweisen. Doch auch diese Folgen einer EBV-Infektion sind trotz der europaweit hohen Infektionszahlen sehr selten.

Um das Risiko für diese Erkrankungen zu senken und Menschen mit einem Immundefekt vor schweren Verläufen zu schützen, wird weiter an einem Impfstoff gegen das EBV geforscht.



Die meisten Menschen mit durchlebter EBV-Infektion werden vollständig gesund und haben keine Folgeerscheinungen.

Das Wichtigste auf einen Blick:

- > Das Pfeiffersche Drüsenfieber wird durch das Epstein-Barr-Virus verursacht.
- > Hauptsymptome sind Fieber, Halsschmerzen, geschwollene Lymphknoten und starke Müdigkeit.
- > Gehen Sie bei einem Verdacht der Ansteckung zum Arzt, um eine klare Diagnose zu erhalten und vermeiden Sie Küsse oder die gemeinsame Nutzung von Besteck und Gläsern, um andere nicht anzustecken.
- > Ruhe und Erholung sind sehr wichtig, auf Sport und andere körperliche Anstrengungen sollte für mehrere Wochen verzichtet werden.
- > Fiebersenkende und schmerzlindernde Mittel mindern die Symptome.
- > Bei Atemnot, starken Schmerzen, Sinnesstörungen und Muskelschwäche sollte umgehend ein Arzt aufgesucht werden.



Mein Merktzettel für die Apotheke

Bilder via Getty Images:

- S. 5: FatCamera / E+
- S. 6: macniak / iStock/Getty Images Plus
- S. 8: Factory Design / iStock/Getty Images Plus
- S. 10: visualsplace / E+
- S. 12: RyanLane / E+

Patienten-Ratgeber

Unsere Patienten-Ratgeber

- Leicht verständlich geschriebenes Wissen zu den unterschiedlichsten Erkrankungen und Themenbereichen
- Praktische Tipps für den täglichen Umgang mit häufigen Beschwerden
- Von erfahrenen Ärzten überprüft
- Wir haben auch fremdsprachige Ratgeber und Hörbücher im Angebot

All unsere informativen Ratgeber finden Sie online unter www.infectopharm.de/ratgeber oder ganz einfach durch Abescannen des QR-Codes

A8002.032-05





63

Wir hoffen, dass wir Ihnen mit dieser Broschüre hilfreiche Tipps zum Umgang mit Pfeifferschem Drüsenfieber geben konnten.

Falls Sie weitere Fragen haben, wenden Sie sich vertrauensvoll an Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder fragen Sie in Ihrer Apotheke.

Diese Broschüre wurde überreicht durch:

Praxis-/Apothekenstempel

Hinweis: Der Inhalt dieser Broschüre dient ausschließlich der Information und kann keinesfalls die ärztliche Beratung ersetzen.

InfectoPharm Arzneimittel und Consilium GmbH · Pädia GmbH

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

P6503210-01-0725



INFECTOPHARM
Wissen wirkt.

